

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°92

Revue internationale de santé globale

Mensuel - 9^e année - 5 € (Belgique) - 6 € (France + UE) - 8 CHF (Suisse) - 10 \$ (Canada)

Septembre 2019

DÉCODAGES

Schizophrénie

Syndrome sec

Trichomycose

Cancer du pancréas

L'INTÉGRATION MOTRICE PRIMORDIALE



Retour aux gestes archaïques

ZOOM

Pourquoi le cancer
se féminise-t-il ?

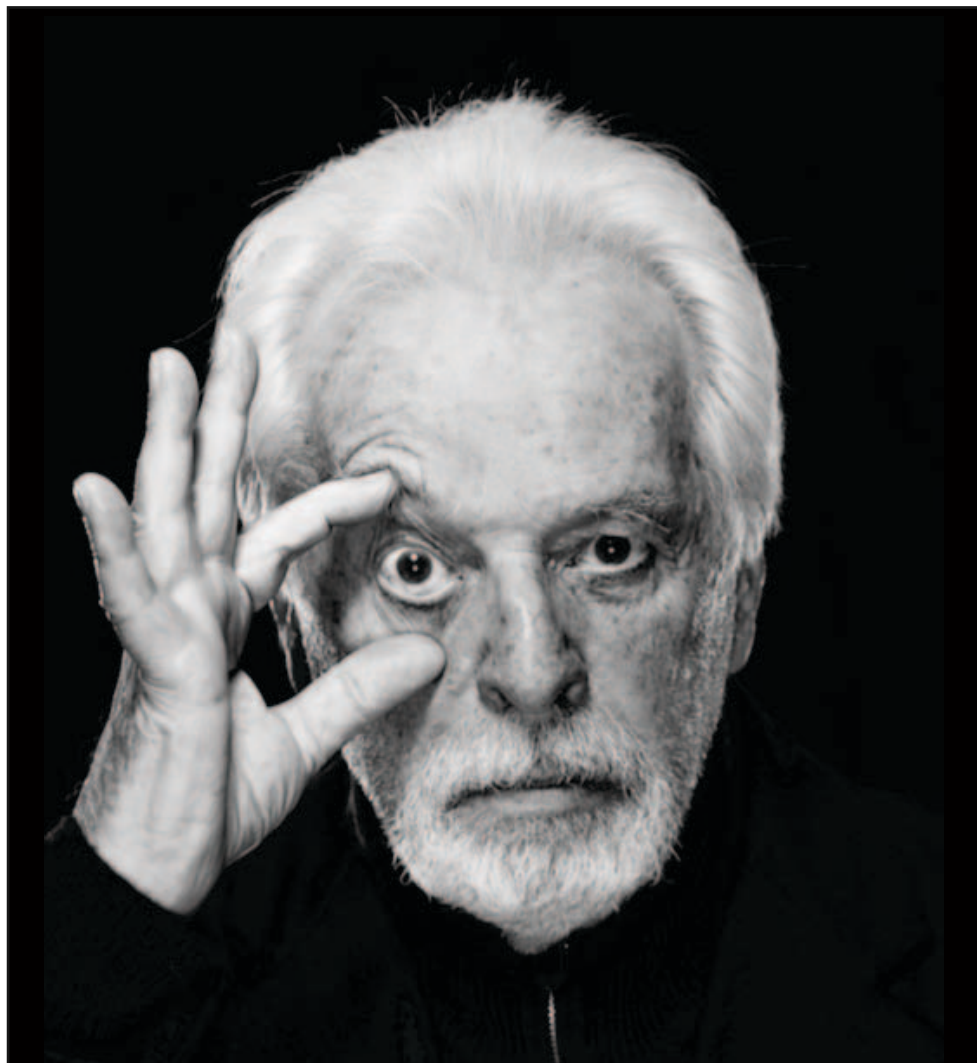
BIEN-ÊTRE

Guérir par la marche

NATURO PRATIQUE

Dessiner pour mieux
se concentrer

Interview



Dossier

LA PSYCHOMAGIE

ou le théâtre guérisseur

selon Alexandro Jodorowski

GÉRARD SAKSIK
Cris et murmures du corps

ISSN 2295-9351



9 772295 935107

92

LE SOMMAIRE

N°92 septembre 2019

SOMMAIRE

Éditorial p 3

Santéchos p 4

DOSSIER : La psychomagie p 6

Interview : Gérard Saksik p 12

CAHIER DÉCODAGES

- L'absence du père à l'accouchement p 15

- Le syndrome sec p 16

- La schizophrénie p 17

- Rubrique « Le plein de sens » p 18

Trichomycose, cancer du pancréas, douleur à l'oeil

- Décodagenda p 19

- ANATOMIE & PATHOLOGIE : la zone du contact parent-enfant p 20

La rubrique de Pierre-Jean Thomas-Lamotte

CAHIER RESSOURCES :

- Avantage nature : La loi d'accoutumance p 21

- Naturo pratique: Dessiner pour mieux se concentrer p 22

- Bon plan bien-être : Guérir par la marche p 23

- Modèle paléo : déjouer le *Candida albicans* p 24

- Nutri-infos p 25

- Espace livres p 26

- Outils p 27

Article 129 : L'Intégration Motrice Primordiale p 28

Abonnement : 7 formules au choix p 31



néosanté
éditions

NÉOSANTÉ

est une publication de Néosanté Éditions (Triadis Eko srl)

Avenue de la Jonction, 64

1190 Bruxelles (Belgique)

Tél.: + 32 (0)2-345 04 78 - Fax: +32 (0)2-345 85 44

E-mail: info@neosante.eu

Site: www.neosante.eu

N° d'entreprise: BE 0871 351 988

N° CPPAP: 1121 U 92531

ISSN: 2295-9351 – Dépôt légal à parution

Directeur de la publication & rédacteur en chef:

Yves Rasir

Journalistes:

Carine Anselme, Michel Manset, Dina Turelle,

Pryska Ducœurjoly, Emmanuel Duquoc, Hughes Belin,

Viviane de Laveleye

Corrections:

Ariane Dandoy

Abonnements:

secretariat@neosante.eu

Website & layout:

Siham Mrassi

Ont collaboré à ce numéro:

Bernard Tihon, Yves Patte, Jean-Brice Thivent, Dr Pierre-

Jean Thomas-Lamotte, Dr Jean-Claude Fajeau, Irène

Landau

Photo de couverture: DR

Impression: Dereume Printing (Drogenbos)

Afin d'arriver entre vos mains, notre revue est conditionnée avec soins par l'ASBL l'Ouvroir. Cette ETA offre, aux personnes en situation de handicap, une place active dans notre société.

NOTRE LIGNE ÉDITORIALE

Les Éditions *Néosanté* sont indépendantes de tout pouvoir politique ou financier et libres de toute attache avec un quelconque mouvement philosophique ou religieux. Ne bénéficiant ni de subsides ni de rentrées publicitaires, nous finançons nos activités avec le produit des abonnements, la vente de la revue au numéro et la commercialisation de livres compatibles avec notre approche de la santé. Celle-ci repose principalement sur les recherches du biologiste Henri Laborit et sur les découvertes du médecin Ryke Geerd Hamer, lesquels ont mis en lumière l'origine conflictuelle et le sens biologique des maladies. Selon ce nouveau paradigme médical, ces dernières ne sont pas des erreurs de la nature mais, au contraire, des solutions de survie déclenchées par le cerveau inconscient en réponse à des situations de stress. Avec les méthodes naturelles de prévention et les techniques thérapeutiques considérant l'être humain dans sa globalité, la divulgation de ce processus vital représente l'axe majeur de nos objectifs éditoriaux.



ÉDITO

LA MAGIE EST EN NOUS

La maladie est manque de conscience, et la conscience est union avec soi-même et avec l'univers : si je devais choisir une seule citation d'Alejandro Jodorowski, ce serait probablement celle-là. Mais le choix est cruel car les paroles de sagesse et les phrases proverbiales se bousculent dans les propos écrits ou oraux de ce célèbre artiste avant-gardiste. En lisant le dossier (page 6 et suivantes) que lui consacre Carine Anselme, vous allez d'ailleurs découvrir bien d'autres maximes méritant d'être méditées à tête reposée. Agé aujourd'hui de 90 ans, l'auguste vieillard à crinière blanche pétille toujours d'intelligence en distillant des pensées pénétrantes et sans doute promises à la postérité. Il n'était que temps, à l'occasion de l'édition d'un livre et de la sortie imminente de son nouveau film, d'ouvrir nos pages à ce fascinant personnage. Car le génial touche-à-tout n'est pas seulement un homme d'arts et de lettres, il est aussi le concepteur d'une approche thérapeutique ébouriffante : la psychomagie. Comme son nom l'indique, cette approche entend soigner par le recours à des pouvoirs magiques. Redécouvreur du tarot de Marseille et fin connaisseur de la kabbale juive, Jodorowski a séjourné plusieurs années au Mexique pour y observer les guérisseurs et leurs étranges rituels mélangeant techniques chamaniques et religiosité chrétienne. Contrairement aux sorciers usant de la « tricherie sacrée », les psychomages ne se targuent toutefois pas de facultés paranormales. À l'instar des psychanalystes, ils attribuent au seul patient et à son esprit, à son imagination et à sa créativité, la capacité de recouvrer la santé. Mais à l'inverse du freudisme, la psychomagie fait appel au corps et ne mise pas sur les mots pour résoudre les maux : seuls importent les actes et leur puissance symbolique !

Si je vous dis qu'il y a un lien de parenté avec la médecine nouvelle du Dr Hamer, vous penserez peut-être que j'exagère. Et pourtant : le médecin allemand et le saltimbanque chilien ont en commun de situer la source des maladies dans le psychisme et de prêter à la psyché un potentiel curatif insoupçonné. Les deux théories étaient faites pour se rencontrer et c'est le Dr Claude Sabbah qui a opéré la jonction. Quand il a conçu « la biologie totale des êtres vivants » et qu'il a postulé que toute pathologie reflétait également une problématique transgénérationnelle, ce dernier s'est tout naturellement intéressé à la psychogénéalogie, dont Jodorowski est considéré comme un précurseur. Tout comme son mentor marseillais, qui l'a aidé à guérir un psoriasis rebelle, le Dr Gérard Athias s'est à son tour pris de passion pour les travaux de « Jodo », dont il a contracté de surcroît l'amour du tarot et des lettres hébraïques. Les trois hommes se connaissent bien et s'apprécient réciproquement. La psychomagie ? Dans leurs enseignements, Sabbah et Athias la préconisent explicitement comme instrument de « déprogrammation » des maladies. Tous deux désignent l'acte symbolique comme un précieux moyen d'accéder au cerveau inconscient et d'en déloger les conditionnements pathogènes. À ma connaissance, Christian Flèche n'a pas mis cet outil dans son carquois thérapeutique. Mais cet hamérien de la première heure et créateur du décodage biologique ne conçoit pas non plus un parcours de guérison éconisant l'exploration de la symbolique corporelle. Avec l'ostéopathe Gérard Saksik (lire interview page 12 et suivantes), il vient d'écrire un livre invitant à décrypter les tout premiers signes de somatisation conflictuelle, ces « pré-symptômes » qu'on appelle des prodromes. Selon les deux auteurs, l'écoute de ces « cris et murmures du corps » offre un réel espoir d'en prévenir les défaillances. Car pour eux aussi, la mise en conscience peut « magiquement » agir sur la biologie !

Entre ses racines généalogiques et le choc émotionnel qui la déclenche, la maladie s'ébauche cependant à un stade intermédiaire : la période périnatale. On ne répètera jamais assez combien les étapes de la conception, du séjour utérin, de la naissance et de la prime enfance jouent un rôle capital dans la santé globale des êtres humains. Tous les traumatismes subis précocement sont autant d'empreintes qui ne s'effacent pas facilement. Fort heureusement, on comprend de mieux en mieux l'importance des circonstances périnatales sur le devenir des individus. Par exemple, on n'ignore plus que les réflexes archaïques du bébé (la succion, la marche, la nage, la préhension, etc) doivent idéalement s'exprimer pleinement, ensuite s'inhiber partiellement, puis enfin être intégrés par l'apprentissage. Pour peu que cet enchaînement chronologique soit perturbé, des conséquences funestes peuvent en résulter longtemps plus tard. La bonne nouvelle, c'est qu'on peut « réactiver » les instincts primitifs – il y en a plusieurs dizaines – et reproduire le processus intégratif au moyen d'exercices gestuels et posturaux. Conçue par Paul Landon, l'Intégration Motrice Primordiale, (lire article page 28 à 30) a précisément pour objectif d'identifier ce qui a foiré dans la périnatalité et de repartir sur de bonnes bases. Bien que dénuée d'ambition thérapeutique, la méthode aurait des effets parfois miraculeux sur certains blocages et états de mal-être pouvant faire le lit des maladies. Comme quoi, notre docteur intérieur peut vraiment accomplir des prodiges : la magie est en nous car la vie est magie.

Yves RASIR

L'INTÉGRATION MOTRICE PRIMORDIALE

Nous naissons tous avec une série de réflexes archaïques qui nous permettent de survivre les premiers mois. Ces automatismes remplissent des fonctions de base et jouent un rôle dans l'établissement de connexions cérébrales et l'intégration sensorielle. Mais si ces instincts ont été contrariés pour l'une ou l'autre raison, ils peuvent grever nos comportements et notre personnalité toute notre vie. L'intégration motrice primordiale (IMP) se propose d'y remédier.

ARTICLE N° 129

Par Viviane de Laveleye

Marie est assise sur la table de consultation. Elle est venue avec un objectif simple et concret : arrêter de se ronger les ongles, ou, sans doute, calmer l'anxiété que trahit cette habitude répandue. La praticienne lui demande d'ouvrir la main et passe avec un pinceau sur sa paume, pour voir si ses doigts esquissent un mouvement de fermeture. La main reste immobile. Elle observe ensuite comment Marie empoigne un crayon, puis un ballon. Rien à signaler du côté du réflexe d'agrippement de Robinson. La praticienne se place ensuite derrière elle et lui demande de se mettre debout, de fermer les yeux et de se laisser tomber en arrière contre ses bras tendus. Marie hésite puis se laisse aller. La praticienne procède à un test supplémentaire : elle propose à Marie de se coucher sur le dos, lui soulève légèrement la tête et la relâche soudainement. À ce moment précis, Marie doit frapper dans les mains. Elle hésite et un léger stress se marque sur son visage. Probablement le réflexe d'embrassade de Moro, conclut la spécialiste.

Marie est dans le cabinet d'une praticienne en IMP (Intégration Motrice Primordiale), une méthode d'intégration de ce qu'on appelle les réflexes archaïques ou primitifs. Ces réflexes sont des mouvements inconscients ou involontaires présents à la naissance qui répondent à certains stimuli, comme le réflexe de succion qui permet au nouveau-né de téter ou le réflexe d'agrippement qui le pousse à refermer sa main sur le doigt qu'on pose dans sa paume. Ces automatismes remplissent des fonctions de base de survie, de protection, de déplacement, de communication, de nutrition, etc., et jouent un rôle dans l'établissement de connexions cérébrales et l'intégration sensorielle. Et ils sont bien plus nombreux qu'on ne le pense. Prenons l'exemple du bébé dont l'attention est attirée par un objet : il tourne donc sa tête vers lui et, ce faisant, active le réflexe tonique asymétrique du cou, qui lui fait tendre son bras du côté où la tête se tourne. Si le bébé touche l'objet, le réflexe d'agrippement de la main s'enclenche. Une fois l'objet en main, le réflexe de traction s'active pour le ramener à lui et, automatiquement, grâce au réflexe palmo-mentonnier, sa bouche s'ouvre et l'enfant y entre l'objet afin de l'explorer via le réflexe de succion. Tout cela malgré sa volonté. À partir de ces réactions, le nouveau-né va progressivement explorer sa motricité, sa cognition, ses facultés émotionnelles.

Les réflexes primitifs sont censés s'inhiber quelques mois après la naissance pour laisser place à la motricité volontaire, à l'exception des réflexes qu'on appelle de vie ou posturaux qui doivent se maintenir tout au long de notre existence (la déglutition, le clignement des yeux, le redressement de la tête...) et qui apparaissent plus tard pour certains (l'équilibre, le hoquet, l'éternuement...). L'évolution des réflexes archaïques connaît donc trois phases : une phase d'émergence, généralement in utero, une phase d'activation et une phase d'intégration. Si

cette évolution est entravée, elle peut alors parasiter le développement et générer des troubles physiques (déficits posturaux, par exemple), cognitifs (comme des difficultés d'apprentissage) ou émotionnels (tels des troubles comportementaux) chez l'enfant ou l'adulte qu'il deviendra. Il peut arriver soit que les réflexes ne se mettent pas en place comme ils le devraient à cause de chocs physiques ou psychologiques liés à la grossesse, la naissance ou l'alimentation de la femme enceinte ; soit que ces réflexes ne disparaissent pas correctement. Heureusement, diverses techniques permettent de remédier à la persistance ou au manque de développement des réflexes chez l'enfant et même à l'âge adulte.

Prenons ce réflexe de Moro, du nom du pédiatre autrichien qui l'a décrit pour la première fois : dès que le nouveau-né ressent une instabilité, que sa tête part en arrière, il ouvre ses bras et ses jambes puis les referme. Selon Laura E. Berk, professeure de psychologie de l'Université de l'Illinois, ce mouvement aurait servi à nos ancêtres pour se cramponner à leur mère qui les portait à longueur de journée. Le réflexe de Moro, qui s'observe déjà sur le fœtus dans le ventre de sa mère, prépare le bébé à la marche bipédique pour laquelle il devra ouvrir ses bras pour se rattraper en cas de chute. Au niveau émotionnel, la bonne intégration du réflexe de Moro participe également à l'installation de la confiance en soi, d'un sentiment de sécurité intérieur, de l'équilibre émotionnel. Ce qui, peut-être, fait défaut chez Marie et se traduit en une forme de stress latent qui la pousse à ronger ses ongles. Pour y remédier, la praticienne lui propose un exercice de mouvements rythmiques à pratiquer quotidiennement pendant trois semaines, qui va aider à la réintégration du réflexe incriminé. Couchée sur le dos, les genoux fléchis, elle doit effectuer un mouvement de bercement avant-arrière en poussant sur ses pieds. Elle peut aussi demander à quelqu'un de la bercer en posant les mains sur ses genoux. Une heure et 60 € plus tard, Marie repart bien décidée à travailler son Moro.

INSPIRÉ D'UN VÉCU

L'IMP, créée en 2011 par le Français Paul Landon, est une synthèse de différentes approches existantes. Dès la fin des années 1990, il introduit le travail sur les réflexes en France et en Belgique. « Conjointement avec Dominique Monette de l'Institut belge de kinésiologie (IBK), nous avons fait venir des experts de différents pays, pour progressivement combiner ce qu'il y a de plus intéressant dans leurs différentes approches liées au travail sur les réflexes. » Concrètement, il s'inspire de la méthode Brain Gym de Paul Dennison et de diverses techniques de réintégration des réflexes telles que la MNRI (Masgutova Neurosensorimotor Reflex Integration) développée par le Dr. Svetlana Masgutova ; les mouvements rythmés (RMT pour Rhythmic Movement Training) de Kerstin Linde et Harald Blomberg



; les jeux de sacs de grains de Brendan O'Hara ; ou les auto-remodelages de Peter Blythe et Sally Goddard.

« La grande particularité de l'IMP est qu'elle est non-thérapeutique à la différence des pratiques des psychologues ou psychiatres qui utilisent les réflexes. Eux voient souvent le réflexe archaïque comme un souci et non comme une ressource. Pour nous, il s'agit de l'alphabet du mouvement auquel il est bon de revenir pour fonctionner correctement. En séance, nous ne faisons pas le bilan des problèmes, mais partons d'un objectif, un aspect que la personne souhaite améliorer dans sa vie. Nous faisons alors le tour des réflexes pour voir lequel contrecarre éventuellement ou soutiendrait davantage cet objectif. » L'idée est de travailler en séance sur le réflexe qui coïncide et de transmettre à la personne des mouvements simples qu'elle pourra reproduire chez elle une poignée de minutes par jour pendant trois semaines. Généralement, trois rendez-vous espacés d'un mois suffisent. « C'est une approche avant tout éducative, ce qui ne nous empêche pas d'avoir des effets thérapeutiques », précise Paul Landon.

Les plus nombreux à pousser la porte de consultants en IMP sont d'ailleurs les enfants présentant des troubles d'apprentissage. État de fait qu'a bien connu Paul Landon et qui a définitivement inspiré son parcours de vie. « J'étais un enfant en échec scolaire. Je suis passé par les méthodes classiques telles que la logopédie, la psychomotricité, les séances chez le psychologue. À 16 ans, j'ai quitté l'école. À 20, j'ai commencé à chercher des méthodes alternatives à mes difficultés d'apprentissage, principalement aux États-Unis, en Suisse, au Canada où des approches plus corporelles sont développées. Dès 1993, j'ai ouvert un cabinet pour les enfants en échec scolaire avec les méthodes que j'avais apprises pour moi. Et en 1996, j'ai décidé de partager ces méthodes et de former des professionnels », raconte Paul Landon. Il crée donc le Centre de Formation le Plaisir d'Apprendre (CFPA), basé à Caen en Normandie. C'est dans ce cadre qu'il fait venir des experts de Russie, des États-Unis, d'Australie pour animer des formations. D'abord très actif dans le Brain Gym, le centre offre de plus en plus de formations sur les réflexes archaïques jusqu'à créer et lancer la certification en IMP en 2011. « J'ai fait une synthèse de ces 20 ans de pratique et de toutes ces expertises du monde entier. » Le CFPA se targue d'avoir formé plusieurs milliers de personnes essentiellement en France, en Suisse et en Belgique, mais également en Italie, en Espagne, au Portugal, au Maroc ou aux Pays-Bas, etc.

Selon Paul Landon, 80 % des enfants en échec scolaire ont des réflexes mal intégrés. Ils se traduisent pour la plupart par des problèmes de latéralité qui entravent leurs capacités de lecture, d'écriture et de concentration. La latéralité fait communiquer la partie droite et la partie gauche de notre corps : nos deux bras, nos deux jambes, nos deux yeux, nos deux oreilles, nos deux hémisphères cérébraux. Les connexions se font de manière croisée, l'hémisphère droit commande la partie gauche du corps et vice versa. Une bonne communication entre les deux yeux est indispensable à la lecture, comme l'est celle entre nos deux oreilles à l'écoute et entre nos deux hémisphères à la réflexion. Des dizaines de réflexes archaïques, tels que le réflexe tonique asymétrique du cou ou le tonique labyrinthique par exemple, ont pour rôle de mettre en place la latéralisation. Déjà avant la scolarité, des failles dans l'intégration de ces schémas entraveront les mouvements croisés et donc la mise en place de la reptation, du déplacement à quatre pattes ou de la marche bipédique alternée croisée, qui veut que lorsqu'on avance un pied, le bras opposé sert de contre balancier. Autre réflexe primordial pour s'en sortir à l'école, le réflexe d'agrippement palmaire de Robinson, qui pousse le bébé à refermer sa main et la serrer sur ce qui rencontre sa paume. Très utile pour saisir les objets,

cet automatisme doit s'inhiber correctement. S'il persiste, l'enfant aura tendance à tout agripper sans pouvoir décider de ce qu'il veut attraper ou lâcher. Ou bien il agrippera un peu trop fort, ce qui créera des tensions dans sa main et son bras. Il aura du mal à tenir son stylo et rejettera les activités d'écriture et de dessin. D'ailleurs, quand quelqu'un vous broie la main en vous saluant, pensez à lui parler de son Robinson.

Il peut arriver que les réflexes ne se mettent pas en place comme ils le devraient à cause de chocs physiques ou psychologiques liés à la grossesse, la naissance ou l'alimentation de la femme enceinte.

DU GESTE A L'ÉMOTION

Juste après la naissance, une chaîne de réflexes s'active dès les premières minutes. À peine posé sur le ventre de sa mère, le mécanisme de froufrou permet au bébé attiré par l'odeur du lait de ramper, avec le soutien du réflexe plantaire de Babinski, jusqu'à son sein, et de trouver le mamelon avec sa bouche. Ensuite, les réflexes de succion et de déglutition prennent le relais. L'allaitement joue donc un rôle dans le bon développement de ces réflexes. C'est également juste après la naissance qu'intervient le premier regard avec la mère et que se joue un mécanisme important sur le plan émotionnel : le réflexe d'attachement, qui va continuer à se développer progressivement par la suite. On le voit quand le bébé se retourne en entendant le son de la voix de ses parents, prête plus d'attention aux visages humains ou se calme lors du contact humain. Il le fait de façon automatique, sans intention volontaire.² Si ce réflexe est empêché, par l'absence de réponse des parents par exemple, le bébé pourrait développer plus tard des problèmes relationnels d'attachements. Un réflexe non mature peut également provoquer chez certains enfants des comportements perçus comme violents ou agressifs. Grâce au réflexe de parachute, un bébé qu'on approche d'un mur ou du sol mettra spontanément ses mains en avant pour protéger son visage. Ce qui lui sera d'un grand secours plus tard, quand il trébuchera ou recevra un objet sur la tête. « Si le réflexe se développe et s'inhibe correctement, la réaction de défense sera appropriée. Si le réflexe reste hyperactif, l'enfant qu'il sera devenu va repousser ses camarades dès qu'ils s'approcheront de lui et sera qualifié d'agressif. Si, au contraire, le réflexe n'a pas été assez activé, il ne se protégera pas suffisamment contre les coups », décrit Paul Landon. Manque de confiance en soi, sentiment d'insécurité, manque de volonté, difficulté à faire des choix sont quelques autres conséquences émotionnelles fréquentes de réflexes mal intégrés. « Le corps ne reçoit pas correctement les informations, or le corps et l'esprit sont connectés. »



LE YOGA ET LE PC

La formation complète à l'IMP s'étale sur 200 heures réparties en sept séminaires de quatre jours (590 euros) dispensés dans différents coins de France généralement par Paul Landon et sa compagne Ludivine Baubry, ainsi qu'en Belgique par Annick Vincken. Selon leurs estima-

Notre mode de vie actuel est de moins en moins adapté aux réflexes et ne leur permet pas de fonctionner correctement. L'être humain est censé bouger, grimper, cueillir, chasser, courir, sauter, ce qu'il ne fait plus depuis la révolution agricole.

tions, quelques centaines de praticiens dispensent des séances complètes d'IMP. Et plusieurs milliers l'intègrent dans leur pratique comme un outil parmi d'autres. Pour autant, l'IMP n'a pas fait l'objet d'études scientifiques et n'est pas re-

connue. « Nous ne cherchons pas à l'être car il ne s'agit pas d'une thérapie, nous sommes plutôt dans le domaine développement personnel. Ceci dit, 90 % des personnes que nous formons sont des professionnels de la santé », indique Paul Landon. Ils sont principalement kinésithérapeutes, kinésiologues, ostéopathes, psychologues, psychomotriciens, podologues, etc.

Souvent, nous travaillons sur nos réflexes sans le savoir : « quand nous allons chez l'ostéopathe, même s'il ne pratique pas l'IMP, il intègre des choses dans notre corps qui vont améliorer nos réflexes. C'est également le cas quand nous faisons du yoga, qui comprend beaucoup de positions communes aux exercices d'intégration en IMP. Idem avec le tai-chi, le qi gong, la méthode Pilates, mais aussi le simple fait de courir ou sauter. Toutes ces activités affinent notre fonctionnement et maintiennent nos réflexes intégrés, à la différence de ces journées passées assis derrière un ordinateur », affirme Paul Landon. « Notre mode de vie actuel est de moins en moins adapté aux réflexes et ne leur permet pas de fonctionner correctement. L'être humain est censé bouger, grimper, cueillir, chasser, courir, sauter, ce qu'il ne fait plus depuis la révolution agricole. » Mais que font par contre naturellement les enfants. Le problème est qu'on leur dit « assieds-toi et reste tranquille ». Dès le plus jeune âge, on leur apprend à rester bien assis sur leur chaise, sans bouger, les bras croisés à écouter leur professeur. Cette position contre-nature va bien souvent prédominer durant le reste de leur vie. « Nous sommes en décalage horaire de 100 000 ans. L'ADN s'est construit sur des millions d'années mais la société a évolué très vite », déplore Paul Landon. Les longues heures en position assise derrière un écran requises pour la rédaction de cet article nous aurons en tout cas appris qu'un retour aux mouvements primitifs, aux sources de notre développement, ne peut que nous aider à mieux fonctionner et qu'il n'est jamais trop tard pour apprendre. « Nous nourrissons une vision éducative de l'être humain, selon laquelle tout problème est un problème d'apprentissage, c'est toujours quelque chose que j'ai à apprendre », conclut le fondateur de l'IMP. ■

NOTES

⁽¹⁾ www.reflexes.org

⁽²⁾ *La théorie de l'attachement : son importance dans un contexte pédiatrique*, Susana Tereno, Isabel Soares, Eva Martins, Daniel Sampaio et Elizabeth Carlson, dans *Devenir* 2007/2 (Vol. 19), pages 151 à 188.

POUR ALLER PLUS LOIN

- www.reflexes.org : le site officiel de l'IMP, où vous trouverez un agenda des formations et une liste de praticiens en France, Suisse et Belgique.
- *Le pouvoir des réflexes à l'école*, Emmanuelle Sutherland, éditions Fa-ber, 2019
- *Va nu-pieds ! En route vers le minimalisme*, Katy Bowman, éditions Ressources Primordiales, 2019
- *L'animal exubérant. Santé, jeu et mouvement*, Frank Forencich, éditions Ressources Primordiales, 2018

QUELQUES RÉFLEXES DÉCORTIQUÉS

Les scientifiques décrivent environ 70 réflexes. Sur ce nombre, une quarantaine ont fait l'objet de recherches plus approfondies permettant d'en identifier le rôle et la manière de le rétablir.

- **Le réflexe de Babinski** ou cutané plantaire : lorsque l'on passe un doigt le long du bord externe du pied, du talon jusqu'au petit orteil, les orteils s'écartent en éventail, le pied s'incline vers l'intérieur et le gros orteil se redresse vers le haut. Généralement, l'autre pied fait le même mouvement. Ce mécanisme, découvert par le Dr. Joseph Babinski, prépare le pied pour la reptation puis la marche, entre autres.
- **Le réflexe tonique asymétrique du cou** (RTAC) ou de l'escrimeur : lorsque, couché sur le dos, le nourrisson tourne sa tête d'un côté, il va tendre le bras situé du même côté et fléchir l'autre bras. Ce réflexe aide au développement de la coordination visuo-motrice, (orientation de la tête de l'enfant vers ce qu'il regarde et écoute), de la latéralité et donc de la lecture et de l'écriture.
- **Le réflexe de marche automatique** : lorsqu'on le place en position verticale, légèrement incliné vers l'avant, et qu'on lui fait toucher une surface solide avec les pieds, le bébé se redresse et fait quelques pas spontanément. Cela le prépare à la reptation, au stade du quatre pattes et à la marche.
- **Le réflexe de Landau** : lorsque le nourrisson est sur le ventre et qu'un événement émotionnel positif intervient, il lève sa tête, arque la colonne et le tronc vers l'arrière et tend ses bras et ses jambes comme un oiseau en vol. Cet automatisme, découvert par le Dr. Eber Landau, est dit secondaire car il n'est pas présent à la naissance mais apparaît vers le quatrième mois. Il renforce les muscles des bras, des jambes et de l'arrière du corps et vise, entre autres, à développer l'équilibre et la vision tridimensionnelle.
- **Le réflexe spinal de Galant** : lorsque sa peau est stimulée dans le bas du dos d'un côté de la colonne, le bébé effectue une flexion latérale du même côté. Ce réflexe, décrit par le Dr. Johann Galant, joue un rôle dans l'accouchement, les mouvements de la hanche aidant le bébé à se frayer un chemin vers la sortie. Mal intégré, il peut être déclenché à tout moment par une légère pression dans le bas du dos, ou même une étiquette de pantalon, l'appui au dossier de la chaise, de sorte que l'enfant change sans arrêt de position et risque d'être étiqueté d'hyperactif. Cela peut aussi provoquer un manque de contrôle de la vessie et des problèmes de dos, notamment.