

Le test musculaire

Le test musculaire est un mécanisme de bio-feedback qui nous permet d'avoir accès à notre ordinateur biologique, d'évaluer et d'améliorer nos performances

Le test musculaire manuel de précision **consiste à placer un muscle en position de contraction** et à exercer une **très légère pression** sur le membre ainsi immobilisé (par ex : le bras) pour tenter de lui faire quitter cette position

Il indique par un affaiblissement du tonus du muscle (par ex : le bras cède sous la pression pourtant très douce) que la circulation de notre énergie est perturbée lorsque nous sommes sous stress.

Le **test musculaire** nous renseigne si il y a présence d'un stress lors d'une activité (par ex: lire, écrire, conduire, parler en public, etc...), ou une difficulté, un problème, une question, une sensation, une émotion ...

Le test musculaire manuel de précision permet ensuite de déterminer la technique appropriée de libération du stress, par ex :- visualisation positive, - mouvements des yeux, du corps- corrections énergétiques, etc...

La personne utilise ainsi ses propres ressources pour lever le blocage produit par le stress. Le test musculaire permet enfin de vérifier la levée du stress : le muscle a retrouvé son tonus.

Le test musculaire de précision *N'EST PAS un moyen de diagnostic ni de traitement.*