

ORTHO-BIONOMY® : application correcte des lois de la vie

Technique simple et efficace élaborée il y a une quarantaine d'années par Arthur Lincoln PAULS D.O. qui par une écoute respectueuse, la stimulation des réflexes auto-correcteurs du corps et l'accompagnement dans la réponse, permet au corps d'avoir une nouvelle compréhension de ses tensions et les réguler lui-même.

L'Ortho... quoi ? La bio-orthonomie ? L'Orthonomie ? Pas facile à retenir les premières fois ! L'Ortho-Bionomy® est une technique simple et efficace de traitement et de prévention qui permet l'exploration des messages du corps, de sa texture physique à sa dimension émotionnelle. Elle permet de soulager les douleurs, d'apporter une profonde détente et une meilleure circulation énergétique. Arthur Lincoln PAULS D.O. (1929-1997), a élaboré cette méthode en combinant ses compétences d'ostéopathe et sa compréhension du corps humain.

La séance débute par l'anamnèse et la mise en évidence de l'objectif de la personne. Ensuite, le/la thérapeute pose les mains sur les parties problématiques, fait des petits mouvements doux et accompagne la réponse motrice du corps. Parfois face à une tension, l'ortho-bionomiste va exagérer, par des manipulations douces, la position (action) prise instinctivement par le corps. Celui-ci réagira (réaction) et se réajustera vers un nouvel équilibre. Autrefois, l'ortho-bionomiste proposera de faire des contre-mouvements (en demandant de pousser gentiment contre une résistance). Toutes ces manipulations s'intéressent aux organes, à leurs fixations, à leur environnement et à leur perfusion. Le but étant de rétablir une bonne mobilité, ce qui va faciliter l'auto-guérison du corps. Ces mouvements étant très doux la personne entre dans un moment de détente et de bien-être.

Le corps stimulé peut se sentir fatigué et courbaturé après la séance. Les réactions seront toujours adaptées à la personne, par rapport à ce qu'elle peut gérer. Après avoir reçu l'information, le corps réagit et trouve un nouvel équilibre.

La fréquence des séances dépend de l'objectif (préventif ou curatif), de la problématique (récente ou chronique) ainsi que des capacités **d'auto-guérison** du corps.

Quand faire appel à l'Ortho-Bionomy® ?

- Douleurs, tensions et déséquilibres de la structure, tels que torticolis, sciatique, point dans le dos ou ailleurs
- Déséquilibres posturaux, scoliose, cyphose et lordose
- Restrictions de mouvements
- Douleurs aux articulations
- Troubles fonctionnels divers tels que douleurs viscérales, certains maux de tête, trouble de la digestion, du sommeil
- Soutien pendant la grossesse et le post-partum
- Soutien dans le rééquilibrage des séquelles suite à un choc ou un traumatisme

À qui s'adresse l'Ortho-Bionomy® ?

Femme, homme, jeune ou plus âgé, en pleine forme ou malade, avant ou après opération de tout genre, dans toute les phases de la vie, cette méthode douce répondra à vos attentes et vous accompagnera dans un nouvel équilibre