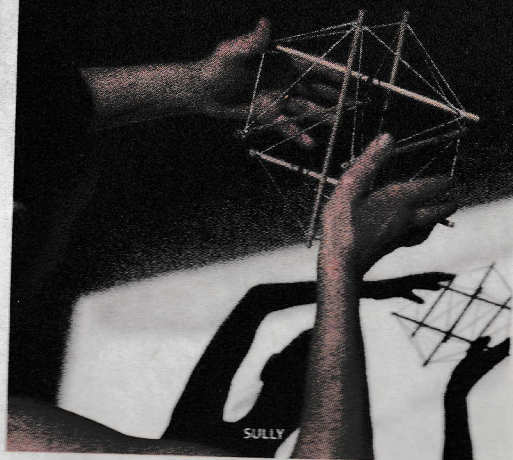


Michèle TARENTO

Construire son corps avec l'ostéo éveil et la biotenségrité



Michèle Tarento, *Construire son corps avec l'ostéo éveil et la biotenségrité*, éditions Sully, mars 2016, 400 p.

Spécialiste d'embryologie et d'histologie, docteur en ostéopathie et danseuse contemporaine, Michèle Tarento découvre en 2011 le concept de biotenségrité auprès du chirurgien orthopédiste Stephen Levin. Dans ce livre, elle en explique les fondements et les principes, tout en les complétant de ses recherches sur l'ostéo éveil, qu'elle qualifie comme étant une technique somatique à la fois préventive, introspective et créative. Les 33 chapitres de ce que le docteur – et ancien directeur d'enseignement de Paris XIII – Didier Feltesse nomme « une encyclopédie et un plaidoyer pour le toucher » explorent notre corps sur un ton pédagogique et scientifique. Qu'il s'agisse de nos os, de nos membres, de notre peau, de nos autres organes, de notre tête ou des forces qui régissent notre maintien, les recherches de l'anatomiste nous (dé)montrent comment le « geste thérapeutique ostéopathique » permet au corps de retrouver ses voies d'équilibre. Serti d'illustrations, images et schémas, cet ouvrage hautement instructif s'accompagne non seulement de commentaires et d'expériences personnelles mais aussi d'exercices et de moments d'(auto)pratique. Un manuel à mettre dans les mains de tous les praticiens du mouvement, qu'ils soient thérapeutes ou danseurs. • Naomi Monson