

QUAND LA THÉRAPIE S'INTÉRESSE AU MOUVEMENT

OSTÉOPATHIE ET THÉRAPIES BRÈVES

Jean-Philippe VÉRON. Avec l'aimable autorisation de l'association Paradoxes.

D'un siècle à l'autre, le corps questionne, déclare, manifeste ; d'une époque à l'autre les réponses s'ajustent. La main est ouverte à la psyché.

Un ami que je remercie pour sa sagacité, à qui je fis lire le projet de cette intervention pour Paradoxes me fit, entre autres commentaires, celui-ci, sans appel : « *Avec les précautions et les limites que tu donnes à tes propos, on pourrait croire que tu ne soignes que les petits bobos! alors pourquoi te donner tant de mal ?* » Diable, la question fit mouche ! Effectivement, exerçant en cabinet, rares sont les véritables urgences, et quant aux cas les plus graves ils sont, fort heureusement et logiquement, adressés à l'hôpital. C'est un fait. Néanmoins, j'imagine que ceux qui, tout comme moi, exercent en libéral observent régulièrement combien de petites désorganisations peuvent, à la longue, faire le lit de désordres beaucoup

plus grands. Ce constat vaut aussi bien sur un plan somatique que psychologique, puisque mon activité professionnelle concerne ces deux aspects. La précocité de la détection et du traitement limite bien souvent la gravité... pourvu que le problème soit ressenti !

L'ostéopathie trouve sa popularité par l'utilisation de méthodes, souvent rapides, pour soulager les blocages du corps. Je vous propose aujourd'hui de parcourir les différents aspects par lesquels peut passer un traitement somatique lorsque le corps est en limitation de mouvement, et de faire certains parallèles avec la façon dont un « thérapeute bref » approche une situation thérapeutique. La restriction de mouvement est le fil conducteur, mais pour le suivre un retour en arrière s'impose. Tout commença l'hiver dernier. À cette époque, je cédai pour la première fois à une tradition locale de mon nouveau lieu d'habitation: le Pèle Porc. Avec des amis, nous avons acheté un cochon qui vivait alors sa vie de cochon sur les coteaux d'une montagne béarnaise. Un jour de janvier, l'abattoir fit son travail et ce pauvre animal nous fut rendu à l'état de carcasse... ne restait plus qu'à le cuisiner ! Je revois encore, au petit matin, tout le groupe affairé dans la cuisine : certains

s'occupant de la tête à mettre au bouillon, d'autres à préparer le boudin, d'autres encore à nettoyer les boyaux pour les saucisses et saucissons. La tâche qui m'incombait fut la découpe et je l'accomplis avec l'esprit rêveur et curieux qui me caractérise : tachant de séparer les pièces en respectant les fibres et les muscles, tentant de repérer les similarités avec l'anatomie humaine telle que je l'ai apprise, observant les articulations et les insertions des tendons, déçu de ne pas voir avec évidence les ligaments, défaisant les capsules articulaires pour là avoir plus de succès à repérer ces fameux ligaments, et puis de méditer sur l'extrême fragilité de ses tissus qui enrobent les muscles, mais aussi chaque partie du corps, qu'on appelle les fasciae: un coup d'ongle malencontreux les déchire avec une telle facilité, mais au contraire, la force de la main entière ne suffit pas à les arracher pour peu qu'on les prennent dans la direction de leurs fibres... Comme la nature est étonnante, faite de force et de fragilité ! Toutefois, l'ampleur du travail me fit sortir de ma rêverie et le couteau eut moins de scrupules à tailler.

POURQUOI CETTE HISTOIRE ?

Parce que pour soulager un blocage corporel une action va être engagée ; et dans une action il y a la partie *visible* du geste (comment l'on se place pour le réaliser, en suivant quelle direction, en utilisant quelle force) et la partie *invisible* sans laquelle le geste serait impossible : il s'agit du ressenti, des sensations internes, des informations proprioceptives. En première analyse on pourrait penser qu'il s'agit là d'un simple distinguo, entre activité motrice

JEAN-PHILIPPE VÉRON

Psychologue diplômé de l'université de Paris V. C'est sa pratique des arts martiaux qui le conduit à s'intéresser à différentes techniques de thérapie manuelle, et à l'ostéopathie en particulier (diplômé du Centre de Recherche et d'Enseignement de l'Ostéopathie). Il s'est aussi formé à l'hypnose (AFHyp), au modèle de Palo Alto en thérapie brève (IGB), et suit depuis de nombreuses années les travaux de l'association Paradoxes. Exerce en libéral comme psychothérapeute et ostéopathe près d'Oloron Sainte Marie (Pyrénées Atlantiques).

contact@jph-veron.net
http://psycho.jph-veron.net
www.paradoxes.asso.fr

