

ALAIN ANSELMO

LE CORPS CONSCIENT

L'homme debout
ou
l'ostéopathie accomplie

 *Éditions*
Quintessence

© 2007 — Éditions Quintessence

- S.A.R.L. *Holoconcept* -

Rue de la Bastidonne – 13678 Aubagne Cedex - France

Tél. (+33) 04 42 18 90 94 – Fax (+33) 04 42 18 90 99

Tous droits de reproduction et de traduction réservés pour tous pays.

ISBN 978-2-913281-71-4

REMERCIEMENT

Merci à Carol Vanni,
collectrice de mémoires
et correctrice de mes mots.

PRÉFACE

Dès les premières lignes du texte, ce qui transpire c'est « le Vécu »... sur le long, très long chemin du thérapeute.

Celui qui a la vocation ne se contente pas de sa formation initiale, toujours très insuffisante, pour faire face à la plainte des patients. C'est la raison pour laquelle il se remet en question quotidiennement et n'hésite jamais à courir le monde pour apprendre, toujours apprendre et encore apprendre. Celui-ci « vit » sa profession. C'est-ce « Vécu », celui qui évoque en chacun de nous de nombreux souvenirs enfouis et qui fait l'intérêt de ce texte.

Alain a su trouver les mots justes pour exprimer cette alternance « doute/certitude », « confort/inconfort » de la pratique quotidienne qui nous a tous obligés à nous poser sans cesse les questions du :

- **Pourquoi** cette souffrance ?
- **Comment** y remédier ?

Confronté en permanence au jeu du micro-mouvement et du macro-mouvement... du physique et du psychique (et de qui influence qui) ?, un praticien doit sans cesse faire un choix de technique thérapeutique. Un choix qui s'avère difficile et qui requiert de multiples connaissances, face à la « force de vie » infime et toute puissante à la fois, à cette « **Énergie** » invisible et omniprésente. Énergie que le Doyen Pierre Cornillot définit comme « le processus d'animation de nos structures physiques et mentales ».

Pour écouter les tissus, le langage du corps, le seul merveilleux outil utilisé est la main, cette main humaine capable de sentir ce que les outils de mesure actuels ne sont pas encore capables d'apprécier, d'enregistrer, peser, quantifier... « scientifiquement ».

En Occident, franchir la frontière du non mesurable vous place ipso facto dans le clan des « doux rêveurs », voire des « charlatans ». Alors que les connaissances traditionnelles orientales basent la vie, elle-même, sur le Qi, le Souffle, l'Énergie.

La face visible, palpable, mesurable, en un mot la matière dense, n'est que la condensation de cette énergie. Autrement dit, cette matière que nous devons soigner n'est que de l'énergie plus ou moins densifiée.

Avec beaucoup de temps, de patience, d'expérience notre « cerveau/main » peut déceler la moindre dysfonction de nos tissus et les libérer de toute contrainte, comme une parole juste peut lâcher des tensions considérables.

Dans cet ART qu'est l'Ostéopathie, il est dit que « la Structure gouverne la Fonction ». Cela est vrai, mais pour être complet, l'on doit ajouter que « la Fonction détermine la Structure ».

Dans la relation du **Qi** (Énergie/Yang - Fonction) et du **Sang** (Matière/Yin - Structure), il est dit en résumé, pour faire court, dans les textes traditionnels :

— ***C'est le Qi qui commande le Sang.***

Mais aussi :

— ***Le Sang est la mère du Qi.***

Ceci est la grande loi d'opposition – complémentarité de ces deux forces indissociables qui sont à l'origine de la vie et auxquelles, que nous le voulions ou non, nous sommes confrontés en tant que thérapeute, dans notre relation avec chaque patient dans son caractère Unique.

Il n'y a pas de maladies, il n'y a que des patients et chacun est justiciable d'une thérapeutique individuelle, propre à lui-même, adaptée à SON cas.

PRÉFACE

Si depuis le début de ce texte je parle de **thérapeute**, c'est pour le différencier du technicien qui applique la même recette à tous les patients présentant le même symptôme, alors que le thérapeute doit considérer l'Unicité et la Globalité de chacun dans tous les domaines de son ÊTRE, de son corps dense à ses corps subtils, du plus matériel au plus spirituel.

Voilà pourquoi le chemin est très long et le « Vécu » irremplaçable.

Merci, Alain, de nous faire avancer encore un peu dans l'approche de ce « *Corps Conscient* ».

Jean Pierre Guiliani

15 Août 2006.

CHAPITRE I

J'avais vingt ans quand mes mains ont touché pour la première fois un patient. J'étais alors étudiant en première année de kinésithérapie, à l'école des Enfants Malades à Paris. Malgré la bourrasque de mai, rien n'avait changé dans cette vénérable institution à la rentrée soixante-huit. L'école était encore administrée par mademoiselle R., petite dame asséchée par les ans, autoritaire en diable sous son chignon tiré par de multiples épingles. Elle exerçait sa dictature d'un autre âge sous l'autorité, plutôt bienveillante, du professeur F., éminent chirurgien orthopédiste des années cinquante, chef du service d'orthopédie infantile de l'Hôpital des Enfants Malades et directeur de l'école du même nom. Tous deux étaient en fin de carrière, mais s'accrochaient à leur fauteuil avec la dernière énergie. Elle, arc-boutée sur ses principes (en octobre soixante-huit, c'était encore cravate pour les garçons et pas de pantalon pour les filles), lui de toute l'aura de sa carrière de chirurgien, tremblant maintenant comme une feuille sous le vent du Parkinson et de la sénilité approchante. La légende disait, cependant, que lorsqu'il opérait, il ne tremblait pas.

Ces deux momies avaient néanmoins forgé la réputation de l'école, réputation de rigueur et de classicisme dans l'apprentissage de la kinésithérapie. Quand on sortait des Enfants Malades, on était « un bon » !

Le printemps soixante-huit finit, enfin, par arriver, et c'est en novembre qu'une nouvelle direction les a poussés à la retraite. Plus de cravate et pantalon pour les demoiselles ! Par contre, la rigueur de l'enseignement était toujours là. Les cours avaient lieu toutes les après-midi, les matinées étant consacrées aux stages pratiques en

milieu hospitalier. Mon premier stage se fit à Villiers-le-Bel en grande banlieue parisienne, loin de tout, un hôpital moderne fait de plusieurs pavillons, perdu au milieu des champs de betteraves. J'y venais en mobylette, couvert comme Saint-Georges, pour affronter le froid et l'humidité de ce mois de novembre. J'ai le souvenir de brume et de pluie, c'était triste à mourir. D'ailleurs cet hôpital était un hôpital dit de « chroniques », autant dire un mouroir.

Après avoir garé mon engin sur le parking, je me dirigeai vers le pavillon de rééducation fonctionnelle en suivant les flèches plantées au bord des dalles de granito, le long des haies de pyracanthas. Je parvenai devant la double porte vitrée du pavillon de kinésithérapie, la franchissai et traversant un grand hall d'entrée, me retrouvai dans la salle de mécanothérapie. C'était un peu comme une usine avant l'embauche. Beaucoup de machines au repos : appareils à cheville, à poignet, barres parallèles pour la marche, quelques tables de massage, des cages à poulie et... des blouses blanches avec des hommes et des femmes dedans. J'allai au vestiaire, me changeai et rejoignis les blouses blanches. Il devait bien y avoir six ou sept kinés, tous flanqués de deux ou trois stagiaires (dont j'étais), bref toute une escouade.

Dès mon arrivée, ou plus exactement dès notre arrivée à nous les stagiaires, on nous a donné un petit papier avec un nom et un numéro de chambre et de pavillon. Il s'agissait d'aller chercher notre patient.

— *Pour le transport, pas de problème, il y a un fauteuil sur place.*

Je ne sais pas qui a dit cela, sûrement le kiné chef. Il y a toujours un chef, c'est celui qui donne le ton, qui détermine le fonctionnement du service. Il y a deux sortes de chefs :

- ceux qui pensent l'être et montrent de l'autorité,
- ceux qui le sont et ont une autorité.

Les uns surveillent tout, courent dans tous les sens, les autres font simplement leur travail, sont à l'écoute et se rendent disponibles. Le temps a effacé le souvenir de ce kiné chef, mais il était de la première catégorie.

Je repris mon cheminement, à travers les pancartes et les haies, et entrai dans le pavillon abritant « mon patient ». Petit hall d'entrée, long couloir de dallage gerflex tellement astiqué que même la pauvre lumière du ciel parisien parvenait à y faire mirer les baies vitrées. Petit bureau de surveillantes où je m'enquis auprès de deux infirmières prenant leur café de la localisation de la chambre numéro XXX. Je suivis la main courante faite d'une série de planches vissées à hauteur réglementaire sur toute la longueur du couloir, de chaque côté, et arrivai devant la porte de la chambre de mon patient. Je frappai et entrai immédiatement. J'ai oublié le nom de cet homme, je me souviens juste qu'il était colonel. En revanche, je n'ai pas oublié son visage déformé par l'hémiplégie. Je n'ai pas oublié ses yeux gris-bleu où le désespoir ne laissait place qu'au questionnement. Atteint d'aphasie, il ne pouvait pas parler. Il était à demi-assis dans son lit. Effectivement, il y avait un fauteuil roulant dans la chambre.

— *Bonjour, Colonel, je suis le kiné, je viens vous chercher pour vous emmener en salle de rééducation.*

— *... Juste l'œil gris sous un sourcil blanc, froncé.*

Je soulevai le drap et découvris deux jambes décharnées surmontées d'un sexe minuscule noyé dans les plis de peau et les poils gris. D'un geste machinal, je baissai sa chemise de nuit « Assistance Publique » pour cacher cette nudité. Il n'eut aucune réaction.

Je ne suis pas particulièrement prude, ni même pudique en ce qui me concerne, mais ce corps vieilli, dénudé, exposé (certes, à ma seule vue) me fit ressentir toute l'humiliation d'une telle situation. Mon colonel ne se rendit compte de rien, ou si peu !... Il avait depuis longtemps rejoint la terre des résignés, des morts en sursis, toute dignité humaine semblait l'avoir abandonné. Sauf la lueur de désespoir dans ses yeux gris. Peut-être le désespoir est-il le seul sentiment qui reste quand l'humanité s'en va.

Alors je le pris dans mes bras. Oh, pas pour lui faire un câlin, mais simplement pour l'asseoir au bord du lit et le transférer ensuite dans le fauteuil. J'avais ma blouse, je pouvais le prendre à bras le corps sans craindre que son odeur d'urine et de transpiration mêlées ne me collât aux vêtements toute la journée.

C'est important pour un thérapeute, la blouse. C'est à la fois une barrière psychologique et une peau de circonstance qui permet d'embrasser ; embrasser, prendre dans ses bras, entrer dans un corps-à-corps, donner de la tendresse et pouvoir porter physiquement et efficacement, le tout sans ambiguïté ; démystifier cet uniforme blanc auprès des enfants, le banaliser pour sortir de l'enfermement « blouse = hôpital ».

C'est peut-être ce jour-là qu'inconsciemment j'ai pris la décision de toujours travailler en blouse. Sauf lorsque, plus tard, je faisais des domiciles et là, je travaillais « en civil », usant de l'absence de blouse pour être plus proche de l'intimité quotidienne de mes patients. J'allais dans leur maison et j'avais besoin qu'il n'y eût pas de barrières afin de mieux entrer dans leur vie. J'y entrais si bien que parfois un parfum tenace ou une eau de toilette prégnante s'accrochait à mon pull-over et me poursuivait toute la journée et même le soir dans ma propre maison. Heureusement, mon épouse n'avait pas cette jalousie-là et ne me reprochait pas de rapporter un parfum de femmes.

À la fin de mes années de kinésithérapie, je travaillais à la campagne et étais amené à accompagner mes patients jusque dans leurs derniers instants de vie. Il n'y a plus guère que dans les campagnes que les vieux meurent chez eux et les massages leur sont d'un réel soulagement. La main leur apporte une caresse apaisante, voire rassurante, pour affronter le grand passage. Sur un plan purement technique, faire circuler les liquides par le massage et la mobilisation passive permet au corps de garder une certaine trophicité. Pour moi-même, une réponse charnelle à la fois humaine et technique me permettait de faire face à l'angoisse de la mort que je partageais avec mes patients. Il va sans dire qu'il fallait que ma main soit directement le prolongement de ma personne, ainsi, sans blouse, je me livrais autant que je donnais.

Je calai, comme je pus, mon colonel dans le fauteuil roulant, lui enfilai ses chaussons et lui pliai une jambe après l'autre pour poser ses pieds sur les cale-pieds. Je le redressai un peu car il avait une fâcheuse tendance à glisser vers l'avant. J'hésitai à l'attacher avec un drap, me repassai mentalement le parcours retour, et devant l'absence d'obstacles notoires, optai pour la solution plus humaine de prendre le risque d'une glissade. Bien placé derrière lui

en poussant le fauteuil, je pouvais facilement le rattraper. Je couvris l'homme d'un drap et d'une robe de chambre et pris le chemin entre les pyracanthas jusqu'au service de kinésithérapie.

Je pénétrai dans le hall et cherchai une place pour me garer « en épi », dos au mur entre les autres fauteuils. C'était une image digne d'un film de Tati : de part et d'autre du hall d'entrée étaient alignés des fauteuils (une dizaine en tout, cinq de chaque côté), ces derniers étaient tous occupés par une mémé ou un pépé. À côté de chaque patient, un kiné s'affairait. La plupart des patients étant atteints d'hémiplégie, une grosse partie de la rééducation consistait à faire travailler le bras paralysé en lui faisant effectuer des mouvements de bas en haut.

Voilà un mois que j'avais commencé mes cours à l'école, je ne connaissais rien à la rééducation, aussi, je fis comme les autres, je lui saisis le bras, une main sur l'épaule, l'autre sous le coude et actionnai ce dernier comme un bras de pompe, consciencieusement.

Dix kinés pompaient en cadence dans ce hall...

Cette image restera toujours gravée dans ma mémoire. L'absurdité d'une telle situation a peut-être ouvert chez moi l'intuition du geste habité.

Un geste ne peut avoir d'action créatrice que s'il est nourri d'une intention, elle-même nourrit par le constat du terrain. Pour qu'il soit thérapeutique, il lui faut être déterminé par l'anatomie, la physiologie, la pathologie et la technique.

Mon pompage de bras de colonel se voulait thérapeutique, il fallait que j'aie bien au-delà de « la clavicule, os long, pair et non symétrique » que constituait le seul cours d'anatomie de mon petit mois d'étude.

J'avais du pain sur la planche !

CHAPITRE II

J'étais pauvre. Je vivais à Sarcelles dans le cabinet médical de mon beau-frère, Philippe, et de ses deux associés, André et Richard. J'y faisais la permanence téléphonique. De ces trois mousquetaires de la médecine ne restent qu'André et Richard (Philippe est mort trop tôt), ce sont des gens que j'aime bien. Mes journées étaient occupées par les stages hospitaliers le matin, les cours l'après-midi, et mes nuits par les gardes au cabinet (de vingt heures à huit heures), ainsi, je n'étais pas distrait par des activités ludiques. Mes trois jeunes patrons, médecins, avaient chacun leur personnalité, Richard s'intéressait beaucoup à la relaxation, il en parlait tout le temps. J'avais de longues soirées pour m'y mettre à mon tour, aussi ai-je avalé le *Training Autogène* de Shultz et *La Relaxation* de Jacobson, deux bouquins qui m'ont permis de m'initier. Je passais de grands moments allongé sur mon lit à laisser mon corps s'alourdir, à faire peser mon bras ou chauffer telle ou telle partie du corps. Je révisais ainsi mes planches d'anatomie (que j'ai fini par apprendre) par l'imagerie mentale. Je commençais à pouvoir rentrer dans mes membres et mes articulations, par la sensation et la vision. C'est vraiment la conjonction de la connaissance anatomique et de la relaxation qui m'a donné la vision interne.

À l'école de kinésithérapie, les cours théoriques étaient entrecoupés de cours pratiques de massage. Ma main a commencé sa gymnastique : effleurage, pétrissage, vibration, friction, palpéroulé, etc. Toutes ces techniques, nourries de l'intention du praticien et de la chair du sujet m'ont permis d'entrer en contact avec mes patients. Au-delà du contact physique, j'ai eu accès à l'émotion d'une sensualité, à l'émotion aussi de la thérapie du

geste. Sentir un tissu vivant fondre sous la main, sentir en même temps le patient s'abandonner à cette caresse, ouvrir les portes et laisser sortir la maladie comme on fait sortir de la pièce la vilaine grosse mouche en ouvrant la fenêtre !

Sentir, enfin, que sa main est dans le même état que le corps du patient, au diapason. C'est un acte de reconnaissance de tissu à tissu. Là, on n'est plus rien que réceptivité, la main ne donne pas, elle reçoit, elle absorbe, accepte, comprend, aime ! La tête a visualisé l'état du patient, analysé la demande, intégré cet état ; alors la main donne sa caresse. Cette caresse se veut douce ou violente, légère ou appuyée, furtive ou tenue. La main est un outil d'investigation et de traitement. Au début de mon exercice de kinésithérapeute, je massais avec force pommade ou talc, persuadé que la main devait glisser agréablement sur la peau du patient. Par la suite, j'ai compris que cette main devait impérativement être à l'écoute du tissu du patient. J'ai donc supprimé tout produit susceptible de s'immiscer entre nos deux peaux et d'altérer ma sensation et mon action.

Dans le massage, tout dépend de ce qu'on a sous la main et de ce qu'on veut en faire.

La connaissance anatomique nous indique la nature du tissu, la pathologie nous en donne l'état et la technique le geste à accomplir. Mais, il s'agit aussi de volonté, de prise de pouvoir. Le patient se livre, donne le pouvoir et le thérapeute prend ce pouvoir pour soigner. Il le restituera ensuite, comme il récupérera la main qu'il a donnée.

Le pouvoir est affaire de don, on ne possède que ce qui nous est donné. Même aux dictateurs, on a donné le pouvoir. Ou plutôt abandonné. Peut-être devrions-nous plus souvent exercer le nôtre en interrogeant nos élus sur leurs positions et en demandant justification. Dans la mise en œuvre du geste thérapeutique, il est nécessaire, il faut donc savoir le prendre... et le rendre.

J'ai mis du temps avant de comprendre toute l'efficacité et la puissance du massage. Au début, je pensais ne faire qu'un geste technique, presque mécanique, puis lorsque mes patients m'ont dit leur soulagement, lorsque j'ai vu les corps reprendre vie, force m'a été de constater que ce massage possédait un pouvoir, celui de