Ψ10 De la Place du VIDE dans l'Acte Therapeutique

[Emmanuel POMMIER]

Pour changer, il faut créer les possibilités du changement , il faut laisser place au Vide.
Lorsqu'on parle du vide, on peut avoir une approche taoïste et y voir la somme de toutes les possibilités non encore exprimées. Le vide serait en quelque sorte l'ensemble des potentialités…

Pour nous thérapeutes, il faut concilier les extrêmes que sont une liberté totale et la réalisation d'un point d'appui pour le patient.
Mais de quoi est donc constitué ce point d'appui ?, Quels sont son matériau et ses contours ?. Plus simplement dans quel état physique et mental se situe le praticien, fulcrum de l'acte thérapeutique. Le mental et le physique sont liés nous le savons bien ou tout du moins nous l'a-t-on appris et chacun possède ses entraves. Comment faire évoluer notre être afin de devenir un point d'appui "idéal"?

Equilibre et Limites de l'Être

On se rend compte que le thérapeute est toujours la limite du traitement, pour la simple raison qu'il en définit les contours.
On peut toujours se retrancher derrière des excuses comme la génétique, la vieillesse... mais dans l'absolu cela ne tient pas. **Les seules limites de l'acte thérapeutique sont celles que le thérapeute accepte consciemment ou non**.
Ne pas accepter cela revient à se dédouaner de ce que l'on est.
Or, seule une mise en lumière de ce fait permet de changer, de faire bouger les lignes en se changeant soi.
Cela n'est pas politiquement correct ni peut être scientifiquement acceptable mais, pour moi, les limites à la pratique ostéopathique n'existent pas.
C'est l'incarnation de l'équilibre qui donne naissance aux limites. La notion d'équilibre ou d'homéostasie ne possède pas intrinsèquement de limite. Notre formation - ce terme pouvant bien évidemment aller jusqu'à la déformation ! - englobant toute notre structuration scolaire, éducative, spirituelle et professionnelle, nous fait voir une forme d'équilibre que nous proposons à nos patients.
Ne vous semble-t-il pas anormal de ne pas s'appliquer à soi même ce que l'on passe notre temps à mettre en évidence chez nos patients ?

Être à Soi

L'évolution de notre Être est donc indispensable me semble-t-il. Il s'agit d'un préalable à notre évolution thérapeutique
Ici une question fondamentale se pose : ***dans quelle direction majeure orienter cette évolution: vers le plein ou vers le vide ?***
Je crois qu'une démarche, d'autant plus si elle est spirituelle ne peut être "honnête" que si elle est entière. J'entends par-là que nous devons mettre tout notre Être dans cette quête. L'éparpillement ne crée pas de démarche holistique. On peut bien sur évoluer ainsi, mais je crois que si l'on choisit à gauche et à droite ce qui nous paraît bien marcher, on travaille sur notre extérieur au détriment de notre intérieur. Il faut adapter la notion du "**Tout**" à nos orientations : si l'on s'occupe de l'extérieur, cela se fait au détriment de l'intérieur...
Il faut toujours tendre vers le juste équilibre entre les choses. Une recherche poussée à son extrême dans une seule direction, permet de faire le tour de la question et de devenir ainsi global. Ce que j'essaie de faire ressentir, c'est qu'au contraire de ce qui pourrait apparaître comme naturel, **la globalité ne naîtrait pas du "multiple" mais de "l'unique" poussé à sa connaissance extrême**, quel que soit cet unique.
Mais attention, notre nature même est double, alors lorsque je parle de vide, cela concerne uniquement notre partie intellectuelle.
La recherche du Vide de l'Esprit, action méditative qui peut prendre de nombreuses formes qui ne sont pas à opposer mais parmi lesquelles il faut faire un choix : Zazen, Yoga, Taï Chi..., permet au début la prise de conscience, puis un réel "travail" de conscience sur l'équilibre du rapport Corps Esprit. Cette notion de

bipolarité se retrouve dans les propos antiques : "*Un esprit sain dans un corps sain*" et dans le Qi Gong, support de tous les arts martiaux internes et externes de l'Orient. On est en droit de penser qu'une notion qui traverse les siècles remplit une fonction importante, car sinon elle serait tombée en désuétude selon la loi de sélection naturelle qui semble régir le monde qui nous entoure.
L'action méditative permet de créer **un vide, une zone de rencontre avec l'inconnu, une plage d'expression pour le Tao.** Le plein fait accéder à des notions connues, sinon par nous, du moins par d'autres, alors que le vide permet de trouver un état naturel, un état multipotent permettant aux actes de naître selon les lois naturelles. Or, il semble que nous nous soyons éloignés des rythmes de la nature afin d'accéder aux projets de notre intellect. Nous avons créé un fossé entre notre Corps et notre Esprit. Les vitesses différentes de ces deux notions, associées à notre civilisation privilégiant la partie intellectuelle, obligent le corps à travailler en sur régime... ***N'est-ce point la définition du STRESS ?***.
Il faut donc utiliser un outil de ralentissement de la partie intellectuelle de notre Etre afin de rétablir la symbiose Corps Esprit. Pour cela on décide d'aller à la rencontre du Vide. Mais il s'agit un travail délicat car il faut passer du connu à l'inconnu. Or nous avons accepté comme connu ce qui malgré tout nous convenait à un certain moment afin de définir nos contours. On peut prendre comme image celle d'une enveloppe qui serait la somme de nos connus mis bout à bout, créant ainsi une zone de démarcation, une zone d'individualisation.

Afin de changer, il faut rompre le cercle de nos connaissances et ainsi affronter nos peurs, à commencer par celle de ne plus exister à quelque niveau que ce soit car ayant perdu la frontière entre le Moi et le Non Moi.
On peut constater que cette notion fondamentale de l'Existence individuelle, si elle nous permet d'exister est aussi le frein à notre équilibre si elle ne garde pas une plasticité correcte. Si l'on est accroché à certaines idées, on perd l'adaptabilité et ainsi on perd une partie de notre naturel. Il faut garder la multipotence la plus importante possible afin de vivre le présent. Car ce qui entrave notre instant présent, ce sont nos idées de ce qui devrait être.
Si nous n'avons pas d'idée de ce qui devrait être, nous vivons ce qui est réellement. Je pense que cette notion fondamentale est un préambule à l'acte thérapeutique.

Travail et Effort

Ici, je veux revenir aussi sur le terme de travail préalablement utilisé : il faut comprendre cela comme une attitude et non avec la notion d'effort que contient souvent le terme travail, ce qui est complètement contradictoire avec cette quête.
Il s'agit d'un choix sans effort, car si l'effort est présent, le combat fait rage... Ce qui aboutit à une exclusion par la victoire de l'un sur l'autre et non à la plénitude recherchée. En fait, il s'agit d'une acceptation.

Tout cela me fait penser à cette phrase du quotidien attribuée à tort ou à raison à Napoléon Bonaparte: " *Qui es-tu toi pour me juger moi ?* "
Cela peut être adapté à l'acte thérapeutique et devient *"Que sais-tu de toi pour ne pas me juger moi ? "*.
En effet, il faut être profondément naïf ou fortement guidé par un subconscient voulant absolument persister intact pour se persuader que nous proposons un point d'appui "parfait" comme thérapeute.
Je crois que uniquement lorsqu'on a réussi à capter ce mouvement de l'Être à Soi se crée l'espace de totale liberté à l'autre.
Le temps et l'espace que l'on ne consacre pas à soi même est du temps et de l'espace que l'on peut réellement offrir à l'autre. Ici, il faut sortir aussi de notre façon classique de prendre les choses à plat. On doit comprendre que la vie se passe dans un *continuum* espace-temps et que toute scission constitue déjà une perte du Tout et donc du ressenti de ce dernier.
Tout cela pour amener le fait que la notion d'Etre à Soi est un mouvement. Cela n'est pas statique car toute perte de mouvement amène à la mort. Il s'agit d'une attitude et non d'un positionnement. On ne deviendra pas ainsi un jour, au prix d'efforts importants comme voudrait nous le faire croire notre forme de pensée du moment qui rejette au loin tout ce qui ne lui est pas commun afin de subsiter. On choisit au contraire dans l'instant de cheminer dans cette quête, il suffit de juste faire un pas pour changer de point de vue!!!
Être à Soi permet à mon sens la réelle aide aux autres.
A défaut de cela, on crée à l'extérieur nos barrières internes. On impose à l'autre ce que l'on est, lui proposant un cadre qui n'est, à coup sûr, pas le sien. Il faut créer une unisson, ce que l'on peut rapprocher de la notocorde embryonnaire , en d'autres termes, il faut d'abord rejoindre ou plutôt réaliser son point d'équilibre afin de permettre à l'autre de se définir tel qu'il est. Si on devient harmonieux, on peut devenir un point de référence.

Être Thérapeute

En effet, il ne faut pas être faussement humble. **Le choix d'être thérapeute n'est pas anodin**. Libre à chacun de se laisser aller à croire être guidé par sa générosité, par ses facultés, son destin ou que sais-je encore…
Pour ma part, au plus profond, il existe rattaché à ce choix d'être thérapeute, une notion de référence. Car, quelle que soir la thérapeutique employée, le traitant se propose comme étant le sachant, la référence du savoir.
Dans notre pratique aussi, le savoir existe... mais si!!!!! N'en déplaise aux nombreux détracteurs... qui, peut être, ont peur eux aussi de perdre leurs contours !!!!

Donc être thérapeute, c'est appliquer sa référence et quoi que l'on fasse, notre libre arbitre permet de débuter et de finir la séance. A moins qu'on ne fasse plus rien, ce qui est peut être le but ultime...
Mais partons plutôt du principe que notre pratique consiste à faire quelque chose, que ce soit visible extérieurement ou non.
Dans cette action, c'est le thérapeute et lui seul qui décide le début et la fin de son acte ainsi que les modalités de ce dernier.
On se pose donc comme référence... d'où la nécessité à mon sens de faire évoluer notre être afin de permettre l'expression la plus complète possible aux fondements de l'ostéopathie et non aux différentes compréhensions humaines et interprétations en découlant.

Aussi, je crois que l'Etre en Soi permet la libre expression des contours de l'autre, seule et unique matière au travail du thérapeute. Mon expérience quotidienne me fait apparaître le fait que chaque concept figé, chaque modèle défini rendent impossible l'accès à la totalité de l'autre.

Si on découpe sans partir du Tout, on ne retrouve pas le Tout.
Il faut laisser de la place aux particularités de l'autre sous peine de passer totalement à côté de sa singularité.
Combien de fois a-t-on entendu le terme holistique durant nos études pour finir par admettre qu'aussi peu de place lui soit pratiquement accordé dans les principes de traitements proposés. Je crois que seule une attitude hors concept au moment du contact, du toucher permet d'accéder au Tout de l'autre: **Toucher l'Autre** équivaut à **Tout Chez L'Autre**.
Attention, cela n'exclut pas les connaissances, mais cela rétablit, à mon sens, la place de ces dernières.
Elles doivent toujours se situer en arrière plan de la rencontre thérapeutique, permettant d'expliquer ce qui s'est passé mais non pas de diriger ce qui se passe. A défaut, on se trouve à traiter dans le passé un individu qui demande à vivre l'instant présent. On peut prendre l'analogie du langage : on peut, bien sûr, choisir de parler à tout le monde en Anglais, considérant à juste titre qu'il s'agit du langage le plus utilisé... mais je crois que la rencontre dans les zones les plus reculées de certains pays risquent d'être fort difficiles.
Seul à mon sens le Vide, point de naissance de toute possibilité, de toute direction permet la rencontre thérapeutique sans prise de pouvoir de la part du thérapeute.
Nos idées, notre imaginaire possèdent de nombreuses limites qui ne sont pas le réel mais constituent notre réalité. Plus on laisse l'autre libre de nos propres limites, plus sa réalité apparaît et ainsi on se trouve en mesure d'agir dessus.
Que cette action soit consciente ou inconsciente…
Car il ne faut pas être dupe, l'acte thérapeutique est un acte volontaire. Si cela est visible directement dans le cas d'une manipulation structurelle, il faut aussi savoir le mettre en relief dans des consultations en biodynamique par exemple ou en crânien. En effet, si dans la manipulation on voit clairement la partie volontaire, dans les autres pratiques, les pensées directrices constituent cette part volontaire !!!!!
Donc en tant que thérapeute, plus on connaît son être, plus on arrive à situer la partie volontaire de son acte.
La présence ne suffit pas à ce que la thérapie fonctionne (je n'ai volontairement pas dit "marche" ! car cela constitue un sujet de discussion à part entière), il faut un starter.
Ce starter est le thérapeute. Tout est là à l'intérieur du patient pour que cela marche, seules certaines liaisons ont besoin d'un point d'appui momentané pour retrouver leur mise en mouvement.
Il faut à mon sens se trouver au niveau demandé par le patient et lui seul. Il ne nous appartient pas d'entreprendre telle ou telle manœuvre soit parce qu'on n'en connaît pas d'autre, soit parce qu'on ne sait pas écouter les réelles demandes. Il faut écouter l'autre, mais pour cela il faut un endroit de rencontre, **une plage de quiétude ou l'autre peut se montrer tel qu'il est sans jugement**.
Or, le jugement fait partie intégrante de notre intellect.
Afin de se définir, on passe notre temps à se situer par rapport à ce qui nous entoure, ce qui aboutit, si l'on se fige à des notions de bien et de mal et donc de jugement. En effet, combien de fois a-t-on considéré tel " blocage vertébral" comme une attitude néfaste au corps alors que ce choix a été semble-t-il le plus adéquat au moment ou la sollicitation a été imposée au corps. Seule la persistance de cette attitude devient néfaste à la libre expression de l'équilibre. Lorsqu'on applique une technique, ce qui sous-tend notre action est fondamental : *comment considère-t-on le corps ?, ce blocage est-il à combattre, ou contient-il au contraire la notion de préservation de la vie en lui ?*....
Ce que je veux faire comprendre, c'est que les actes visibles sont la partie observable de l'iceberg...
Les idées et notions nous définissant étant l'inertie de ces actes, les remplissant à notre insu ou non d'une charge plus ou moins importante.
Or dans l'acte thérapeutique, nul bien, nul mal, juste quelques impasses à résoudre. A nous de proposer une remise en route vers l'harmonie et non vers notre modèle de l'harmonie. Ce n'est pas parce que l'on pense que c'est juste que cela est vrai pour l'autre.
Lorsqu'on travaille selon cette voie, les supports mentaux ne se présentent plus sous forme d'idées préétablies mais **on se trouve en présence de pressentiments et d'intuitions**.
Ces termes, certainement inappropriés, évoquent la naissance à l'esprit du thérapeute de ce que l'on pourrait aussi appeler "**formes pensées"**.
Il s'agit d'un "univers de pensée" à la différence d'idées qui se situent souvent sur un seul plan. On passe ainsi d'une information unidimensionnelle à une formulation spatio temporelle. Les choses apparaissent comme avant d'avoir été pensées, d'avoir été mises à plat.
Les faits éclatent comme des bulles de savon entrant au contact de celui qui écoute, de celui qui ressent.

Ceci constitue aujourd'hui ma voie de recherche.
Pour simplifier, je cherche à retrouver une harmonie corps-esprit sans prévalence de l'un ou de l'autre. Cette attitude me semble indispensable à la "dépollution" de l'acte thérapeutique des dissonances du thérapeute.
Bien entendu tout cela n'est pas encore ma façon de travailler car je ne suis pas (loin s'en faut) "Etre en moi" : le rythme de la clientèle, les aléas du quotidien facilement regroupés sous le terme de hasard... toutes ces excuses me servent encore à ne pas pleinement embrasser cette attitude.
Mais je sens intuitivement que ce que j'ai décrit précédemment constitue une réalité à venir...
J'ose croire ou espérer qu'il s'agit du REEL.

Dr Emmanuel POMMIER
Vétérinaire pratiquant l'ostéopathie
http://www.emmanuel.pommier.vetosteo.eu/