

I. L'UNITÉ DU CORPS

Le *corps* des ostéopathes ne se limite pas à la carcasse. La carcasse est secouée (de rire), mouillée (de larmes), elle frissonne (de peur) : le *corps* des ostéopathes comprend donc la carcasse et ses émotions, reliées par le système neurohormonal. Cette carcasse émue accomplit des actions, se bagarre, invente des histoires, agence ou détériore l'environnement, vote et fait des projets : le *corps* des ostéopathes comprend la carcasse émue, agissante et pensante. Le système nerveux, bien tangible au scalpel, incommensurable au cerveau qui ne sait se dépasser lui-même, représente les zones frontières entre tous ces modes d'être. Quant au spirituel, comme il ne fait pas l'unanimité de tous les ostéopathes, je l'abandonnerai volontairement dans les explications de l'unité du corps comme principe de base de l'ostéopathie.

C'est un concept si répandu qu'on enfonce des portes ouvertes en revenant sur ce qui, pour nous, n'est pas une hypothèse d'école, n'est pas une affirmation formelle, mais fonde notre approche et nos traitements. Pour l'ostéopathe, le corps est une *unité biologique*, dont toutes les parties forment un tout qui dépasse la somme de ses parties ; c'est aussi une *unité écologique*, liée à l'environnement, aux autres hommes et au cosmos. Nous n'agissons pas sur l'environnement, ni sur les autres hommes, ni sur le cosmos, mais nous agissons sur l'unité biologique, plus communément appelée patient, qui souffre de part en part. Lorsqu'il y a malade, il y a scission ou aliénation du lien à l'environnement. Une unité biologique en bonne santé retrouve l'harmonie et la possibilité d'agir.

Une tradition à éclipses

Les Anciens. Du point de vue de l'unité du corps, les ostéopathes ne font que renouer avec une tradition à éclipses dont les fondements les plus lointains datent de 4500 av. J.-C. en Chine, avec les écrits de l'Empereur jaune. L'Empereur jaune, féru de médecine, avait observé que les troubles du psychisme peuvent provoquer des maladies du corps. Il affirmait que l'homme est uni au cosmos, et que la peau est la frontière des rythmes internes et externes; une sensibilité particulière d'un point serait le signal de rupture de l'harmonie microcosme-macrocosme. De même dans Babylone, puis en Egypte et dans l'antiquité grecque, les rapports de l'homme au monde étaient au cœur des questions de santé. C'est Hippocrate l'incontournable qui accorde les conceptions babyloniennes et égyptiennes, se frotte à la pensée de Socrate, s'entretient avec Platon, et établit les principes d'une méthode révéree.

Révéree mais ignorée, dans sa théorie comme dans sa pratique, sauf des médecines dissidentes comme l'ostéopathie.

Hippocrate disait : « Il y a un principe simple et multiple dans ses effets qui préside à toute l'économie du corps et qui y produit les contraires; il fait la vie du tout et des parties. »

Pas un médecin pour refuser la lettre d'une telle affirmation. Mais qui l'applique dans sa pratique de soins? Qui se souvient d'Hippocrate en envoyant le malade comme un ballon de rugby, d'un spécialiste à l'autre? Qui soigne un être total vivant ici, de telle manière, et non un côlon, ou un ulcère?

L'unité du corps est la base du concept ostéopathique.

Descartes. La pensée d'Hippocrate, dévoyée par Galien, étouffée par le christianisme, ramenée par les Arabes au Moyen Age après un détour par l'Orient, revivifiée par Paracelse, n'a pas résisté, sinon à Descartes du moins au cartésianisme le plus réducteur. La séparation de la médecine en branches se comprend par la distinction, nuancée chez Descartes, entre les fonctions psychiques et les fonctions physiologiques, entre l'âme et le corps. Les zones frontières (le système nerveux) sont du coup appréhendées par les deux disciplines que rien n'obligeait à éclater ainsi en sciences séparées: la psychiatrie pour le psychique et la neurologie pour le physiologique. Heureusement pour les malades, la neuropsychiatrie a fait son entrée, réunifiant ce qui est bien vécu comme *une* souffrance, corps et âme mêlés. Nous verrons que l'ostéopathie agit sur le support corporel de ces zones frontières.

Issue de la pensée cartésienne, renforcée par la découverte des

germes, la doctrine de la spécificité aboutit à fragmenter les malades. Spécificité des microbes, spécificité des remèdes perdurent dans la droite ligne du dualisme corps-esprit et font ignorer l'étude du vivant. C'est le moment où naît, à l'autre bout de la pensée médicale, l'ostéopathie.

Pourtant, Claude Bernard apportait un réel souffle de vie :

« Pour savoir quelque chose des fonctions de la vie, il faut les étudier sur le vivant. »

Ce qui fut fait, mais limité au corps vivant. A l'évidence, la fragmentation cartésienne n'a pas cessé de peser sur les sciences, et la réunion de *l'individu* vivant, corps et âme, n'est pas passée dans les mœurs thérapeutiques. On sait qu'en médecine comme dans les autres sciences le modèle occidental est « d'en savoir de plus en plus sur de moins en moins » (McLuhan : « *More and more about less and less* »).

Spécialistes. Dans les mains des spécialistes, le corps et l'âme. Nulle relation n'unit ces deux entités d'ordre différent qui sont censées s'ignorer, l'une noble, l'autre ignoble. L'individu, quant à lui, vit comme il le peut, ni corps seul ni esprit séparé. Au moins, depuis Descartes, peut-il être pris de passion sans qu'on l'en juge responsable absolument. Et depuis les fracassantes découvertes de Freud, l'histoire de l'individu prend sa place comme génératrice de ses propres sensations, désirs, passions, volontés, raisonnements. On explique, voire on excuse, les fonctionnements psychiques de l'un et de l'autre, et si la morale y perd encore, l'intelligence (la compréhension) y gagne.

Le corps, lui, reste en l'état. Pour les médecins, simple assemblage d'organes. Pour les médecins de l'âme, corps agi par le Ça tout-puissant, lieu inerte où les symboles fleurissent en maladies, enjeu muet de la noble bataille du moi et du surmoi; le langage y planterait ses signes, à bon entendeur salut! comme on balise un terrain. Or, l'ostéopathe dit que le corps n'est pas le terrain de jeux de l'âme, et qu'on peut toucher l'un par l'autre, dans les deux sens. Malheureusement, la spécialisation dite « psychomatique » a tendance à être beaucoup trop psycho et fort peu somatique, à nier l'unité de l'individu, à nier l'individu vivant. Elle aussi, de façon plus subtile que le grand cancérologue français proclamant : « Le psychisme, connais pas ¹! » Elle réaffirme dans les faits le dualisme du corps et de l'âme avec primauté de l'âme sur le corps agi.

1. Déclaration du Pr Georges Mathé en 1972, au sortir d'une projection du film *Rak* qui lie l'apparition des cancers aux conditions psychologiques. Cette théorie a été largement étayée depuis lors.

Médecines minoritaires. Toutes les médecines qui ont tendance à synthétiser et à replacer l'organe dans l'organisme et l'organisme dans le monde – on les appelle « holistiques » – sont des médecines en marge dans notre Occident du *less and less*. La tradition de l'acupuncture garde empiriquement vivante la notion de l'individu total chez qui la maladie est signe de trouble dans la circulation de l'énergie. Les homéopathes aussi, tirant la conséquence de leur foi en la nature guérisseuse, voient en l'homme une globalité dont les mécanismes de défense provisoirement en baisse ne demandent qu'un coup de main pour repartir. Ce coup de main semble être également du domaine de l'énergie. L'ostéopathie, elle, si elle agit bien sur la circulation de l'énergie, le fait par l'intermédiaire des structures du corps.

Connaitre les lois de la santé pour guérir l'homme

« Il faut au praticien tout connaître des éléments, tout connaître des systèmes et des forces qui font agir ces systèmes. »

Le Dr Andrew Still qui créa, fin XIX^e, l'ostéopathie la mal-nommée ne parlait pas légèrement. Il avait étudié très précisément l'anatomie (comment est-ce?) et la physiologie (comment ça fonctionne?) pour déduire de la merveilleuse machinerie humaine les lois de la bonne santé. L'ostéopathie telle qu'il l'a créée, pratiquée et enseignée aux U.S.A. envisage l'homme dans sa globalité en s'appuyant sur la connaissance approfondie du savoir de l'époque, sur des études personnelles originales et aussi, il faut bien le dire mi-fiers, mi-inquiets, sur des intuitions de visionnaire. Son meilleur continuateur, l'Américain William Garner Sutherland, lui aussi devina, lui aussi étudia longuement, lui aussi innova : son concept crânien enrichit l'ostéopathie et lui donna son envergure actuelle de médecine holistique, médecine de l'individu un et entier dans ses dimensions physiques, psychologiques et mentales.

Parmi les intuitions de Still et de Sutherland, certaines se sont vues, tout au long du siècle, confirmées par les scientifiques Scientifiques. Par exemple, l'importance des lymphatiques, la continuité de tous les liquides du corps, le rôle du liquide céphalo-rachidien ¹, le rôle des structures crâniennes sur certaines maladies mentales ². Le principe de l'autodéfense et de l'autoguérison du corps, credo absolu de l'ostéopathie naissante, est analysé grâce à l'étude de

1. Dans « U.S.A.-Europe, histoire de l'ostéopathie », la deuxième partie est consacrée aux recherches scientifiques qui renforcent l'ostéopathie (voir p. 349).

2. Voir le rôle des structures dans l'apprentissage, p. 157.

l'homéostasie, de l'immunologie et des phénomènes de régulation par feed-back. C'est ainsi que des interférences maîtrisées entre différents systèmes physiologiques autorisent bien des espoirs de guérison. L'intervention des centres nerveux supérieurs conscients sur le système autonome (soit, en termes familiers, de la volonté sur les fonctions involontaires) fait rêver à une appropriation thérapeutique de certains résultats jusqu'alors obtenus par des disciplines orientales fort exigeantes, et hors de portée d'un grand nombre de malades.

« A Baltimore, un psychologue physiologiste, Bernard Engel, et un spécialiste du cardio-vasculaire, Eugène Bleecker, ont réussi à apprendre à des malades cardiaques à maîtriser des anomalies telles que la fibrillation et la contraction ventriculaire prématurée. Le malade surveille une boîte au pied de son lit d'hôpital. La boîte est branchée sur les battements du cœur, et des lampes s'allument : jaune (maintenez le rythme), rouge (ralentissez le rythme) ou vert (accélérez). Beaucoup des malades ont appris à dominer leur rythme cardiaque chez eux ¹. »

Des résultats analogues ont été obtenus ailleurs, sur d'autres fonctions « involontaires » telles que la pression artérielle, la sudation, la température, la production des ondes alpha par le cerveau, et la difficile décontraction des muscles crâniens. Les techniques employées peuvent être le bio-feed-back, la concentration mentale d'énergie, l'imagerie mentale ², etc.

La médecine amputée. Les connaissances contemporaines des systèmes de communication (système nerveux, hormonal, circulatoire sanguin, circulatoire lymphatique, système immunologique, système d'équilibre des pressions des liquides, système de transformation des énergies) plaident pour une médecine d'analyse et de synthèse. Malheureusement, la médecine classique est châtrée de ses développements synthétiques car elle méconnaît totalement l'un des éléments de continuité du corps, les *structures*.

L'unité des structures, qui n'est pas un secret, ni une vérité mauvaise à dire, est très simplement ignorée de toute thérapie, sauf de l'ostéopathie. On peut ainsi renverser la proposition : seule l'ostéopathie sait quoi faire du tissu conjonctif qui forme les structures de l'individu. Elle sait l'appréhender et le traiter pour qu'il réalise au mieux ses fonctions.

1. Cité par Marilyn Ferguson dans *La Révolution du cerveau*, éd. Calmann-Lévy, 1974.

2. *La guérison est en soi*, Dennis Jaffé, R. Laffont, Coll. Réponses, 1981.

Définition du leitmotiv « structures »

Page après page, le mot « structures » reviendra sous vos yeux : il faut donc bien s'entendre sur sa définition. Cette armature d'un seul tenant est le système myo-fascio-squelettique : *myo* pour muscles; *fascio* pour fascias; *squelettique* pour os et articulations des os.

Les tissus lâches, semi-liquides qu'on trouve entre tous les organes font partie de cette armature; ils jouent leur rôle de soutien et de maintien des formes; ils réagissent aux perturbations; nous agissons sur les processus dont ils sont le siège. Au sens strict, ils sont fascias eux-mêmes. Cependant, il ne faut pas figer les définitions. Nos partenaires directs, ceux qui nous racontent le diagnostic et qui s'offrent à un traitement actif, ce sont surtout les muscles, les fascias fibreux et les articulations des os. Un peu de souplesse dans la lecture permettra aisément de comprendre, au mot « structures », s'il comprend ou non les tissus mous, et d'ailleurs ça n'a pas vraiment d'importance. De toute façon, tout se tient en une unité vivante.

Le tissu conjonctif est UN

Des tissus durs aux tissus mous, on l'appelle structure

Les structures du corps déterminent sa forme, ses positions et ses mouvements. Elles sont formées de ce qu'on appelle au sens large les tissus conjonctifs issus d'une *même* matrice embryonnaire et composés (à part les muscles) des *mêmes* fibres collagènes, élastiques et réticulaires, en proportions différentes dans une *même* substance gélatineuse. Les proportions déterminent la fonction des tissus conjonctifs. Ce sont, en plus des muscles, leurs tendons, les ligaments des articulations, les cartilages et les os, les méninges crâniennes et leurs prolongations; ce sont encore, tout à fait méconnus, de grands feuillets qui cloisonnent les muscles et les groupes de muscles, tapissent les viscères, forment des fourreaux pour les canaux sanguins et lymphatiques et les voies nerveuses. Ce tissu méconnu s'appelle fascia, nous en reparlerons, il aura son chapitre. Ainsi, du plus dur au plus mou, du plus élastique au plus fibreux, le tissu conjonctif forme la continuité des structures pour bouger et vivre.

Le mouvement est permis par les structures

Le mouvement décidé et contrôlé par le système nerveux s'incarne dans les structures. Les muscles et leurs tendons actionnent les os articulés entre eux par des cartilages et des ligaments. Le reste du corps est solidaire grâce aux fascias dont les tensions harmonieuses donnent au corps ses formes changeantes selon les mouvements commandés. Par des lois bio-mécaniques apparentées aux lois de la physique, autrement dit par des systèmes de levier et de points d'appui, tout changement dans la position des structures à un bout du corps se répercute à l'autre bout. Il s'opère un changement dans la distribution des forces qui permet de garder l'équilibre et le contrôle : les muscles se contractent ou s'allongent, les tensions se déplacent, les os suivent le mouvement. Des changements de position prolongés, même si ces changements sont invisibles à l'œil profane, entraînent très logiquement des modifications prolongées elles aussi. Une articulation dont le jeu est perturbé retentit sur tout le tissu conjonctif en continuité, de proche en proche, car cette histoire de station debout chez l'humain nécessite des ajustements d'équilibres fort minutieux. Muscles et fascias sont durablement sollicités, d'autres articulations sont entraînées dans un jeu faussé et on entre là dans le domaine du pathologique.

Mouvement crânien

Il est un mouvement privilégié, à la fois signe et cause de santé physique et psychique, expression maximale de l'unité de l'individu : c'est le mouvement crânien. A partir du mouvement inné du cerveau qui bat de lui-même comme le cœur bat – mais pas au même rythme – l'ensemble des os du crâne et de la face concourt à un mouvement en deux temps. Les membranes crâniennes et le liquide céphalo-rachidien sont des acteurs-propagateurs de ce mouvement, favorisant la circulation artérielle, le drainage veineux, et de multiples échanges. Ce rythme vital sera détaillé dans le cadre du Mécanisme Respiratoire Primaire dont il est l'élément clé (*voir Le Mécanisme Respiratoire Primaire, p. 87*).

Le mouvement crânien, le mouvement du Mécanisme Respiratoire Primaire, se lit partout dans le corps car les fascias du corps entier sont la continuité des méninges crâniennes. On le lit au sacrum, sur la jambe, sur le bras, sur la poitrine et partout, selon les possibilités perceptives de l'ostéopathe. Tout déséquilibre ou blocage de ce mouvement peut se répercuter dans le reste du corps, directement par les fascias et indirectement par les compensations que toute la structure organise, afin de continuer à vivre debout.

Le tissu con-jonctif connecte tout à tout

Une partie bien visible de l'armature, des structures donc, sont les membres ; faits d'os et de muscles, leurs ligaments et leurs tendons font souvent parler d'eux... douloureusement. Si l'on excepte les nerfs et les vaisseaux, les bras et jambes ne sont que de la structure. Visibles aussi sont les cavités de l'armature qui protègent les viscères¹ : le crâne et son cerveau, la cage thoracique et son cœur, ses poumons, l'abdomen et les organes de la digestion, de l'excrétion, de la reproduction. Pourtant ces cavités ne sont pas des vides où ballotteraient ces organes; elles sont complètement quadrillées de structures raffinées autour et dans les organes, afin que les viscères fassent partie de l'unité vivante. Non seulement le tissu con-jonctif forme une continuité sans faille, mais l'ensemble des organes est relié avec et par ce tissu continu, cette toile d'araignée en trois dimensions.

Question du béotien : à part les structures et les viscères, qu'y a-t-il dans le corps ?

Réponse du juste affranchi : les nerfs et les vaisseaux (les glandes sont assimilées aux viscères).

Ces deux systèmes circulatoire et nerveux assurent une communication complexe entre les structures et les viscères. L'un commande, l'autre nourrit, encore que l'un commande aussi la nutrition et que l'autre nourrisse aussi le commandement.

De la croisée de ces systèmes, de leur rôle stratégique (stratégique est un peu faible) dans l'accomplissement du rôle des structures et dans le fonctionnement des viscères, résulte le deuxième principe de l'ostéopathie : l'interrelation des structures et des fonctions.

Still disait :

« Les structures en harmonie permettent une bonne innervation et une bonne circulation. Un trouble des structures entraîne des dysfonctions »

« La cause d'un mal peut être loin de l'effet »

« La nature a fait un travail parfait. Si on rétablit un corps parfaitement en rééquilibrant ses structures, la nourriture et le repos sont seuls nécessaires pour aider la nature à faire le reste. »

Encore faut-il l'expliquer. Des citations ne sauraient ici être utilisées non comme un « plus de savoir » qui vous laisse sans voix, mais comme une formule ramassée que nous tâcherons de développer lumineusement.

1. Viscères : tout organe contenu dans les cavités crânienne, thoracique et abdominale.