



approche – neuro-tissulaire – de l'ostéopathie dans laquelle le praticien se laisse guider uniquement par son toucher. Après seulement trois week-ends de formation et un entraînement régulier, il est capable de repérer les zones de tensions primaires, ces carrefours de spasmes tissulaires à l'origine des douleurs physiques. Comme un aveugle maîtrise le braille, il décode les signes affichés à la surface de la peau : des points neuro-cutanés qui signalent les neuro-spasmes sous-jacents. En langage TNC, les neuro-spasmes sont des rétractions des tissus plus ou moins profondes qui se produisent lorsqu'un événement provoque un déséquilibre que l'organisme ne peut réguler immédiatement : traumatisme physique, faux mouvement, mauvaises positions chroniques, infection, intoxication alimentaire ou encore choc thermique ou émotionnel... Une fois l'événement passé, les neuro-spasmes demeurent et engendrent des blocages des tissus mous qui se traduisent par une congestion vasculaire locale, une compression des nerfs et une baisse de la circulation électrique. Au microscope, ce type de rétraction du tissu conjonctif ressemblerait à un froissement des fibres formant une sorte d'amas resserré. Par lui-même, un neuro-spasme n'est pas

douloureux. En revanche, lorsque plusieurs s'accumulent, ils créent des limitations dans les mouvements naturels des tissus et, à terme, des tensions musculaires et des douleurs. D'après Stéphane Delalande, ces limitations demeurent ou reviennent tant que les neuro-spasmes ne sont pas libérés. La première compétence du praticien en TNC est donc de repérer par un toucher conscient les zones prioritaires où se concentrent plusieurs points de tension neuro-cutanés. Ensuite, il devra mettre en œuvre un geste correcteur approprié pour les libérer...

Attiré par les perspectives de cette approche, je décide de prendre rendez-vous avec Damien Aubert.

Le jour venu, il me donne le choix : soit je lui dis là où je souffre, soit je le laisse faire selon son ressenti tactile. J'opte pour la seconde solution. En moins de trois minutes, il isole plusieurs points neuro-cutanés dans diverses zones du corps. Bien que je ne lui aie rien dit de mes douleurs, son toucher l'a amené à proximité de mes propres sensations ! Il se livre alors à une succession d'effleurements plus ou moins appuyés, suivis de brefs mouvements d'étirement du tissu cutané. Soudain, je ressens une forte émotion. Une subite envie de pleurer m'envahit sans cause et s'évanouit la seconde d'après... Au bout de trente minutes, sa main s'arrête. Je fais quelques pas devant lui, surpris de me sentir plus délié qu'à mon arrivée. Surtout, je me sens vraiment décontracté, au physique comme au moral. Mes douleurs ? Elles ne se manifestent que dans certaines circonstances. Je verrai... La nuit venue, je dors d'un sommeil profond. Mais le lendemain matin, une léthargie inhabituelle m'envahit. Je n'ai envie de rien. Du coup, mon moral en prend un coup car j'ai un article à boucler. Cet état dure 72 heures. Le troisième jour, je ressuscite. Il y a toujours ce relâchement, mais je peux m'adonner à une activité douce. Dix jours plus tard, j'ai toujours l'impression d'être dans un corps plus fluide. Une douleur à la cuisse qui m'empêchait de courir

En attendant une validation scientifique

Les travaux de Jean-Claude Guimberteau, spécialiste de la microchirurgie réparatrice de la main, apportent une caution théorique aux recherches de Stéphane Delalande. Le chirurgien a introduit le concept de « continuité tissulaire », une véritable révolution dans la chirurgie plastique. « Le corps n'est pas un assemblage de divers éléments fonctionnels réunis », explique celui qui, à l'aide des instruments modernes

d'observation propres à la microchirurgie, a découvert « une matière vivante continue (...). Et c'est cette continuité de matière souple qui permet chaque mouvement. » Or, si la continuité tissulaire – et non la disposition en strates comme on le pensait autrefois – caractérise l'organisation de notre corps, on comprend dès lors comment la peau peut afficher par un resserrement de ses tissus l'ensemble des rétractions tissulaires du corps...