



LE MOI RENOUELE
Introduction
à la somato-psychopédagogie

Danis BOIS

Éditions Point d'Appui
71, boulevard de Brandebourg
94200 Ivry-sur-Seine
www.editionspointappui.com

L'AUTEUR témoigne au travers de cet ouvrage l'intérêt d'une double polarité : celle du praticien et celle du chercheur en psychothérapie dans le champ spécifique de la médiation corporelle.

Cette double appartenance permet une nourriture réciproque de l'activité en trouvant une légitimité par l'intermédiaire de la recherche, elle-même trouvant son sens dans les applications pratiques qu'elle procure. La somato-psychopédagogie n'est autre qu'une forme spécifique de psychothérapie corporelle. Elle tente, au sein de la thérapie, de donner au patient les outils de sa propre formation, de ses propres apprentissages nécessaires à une autogestion.

Cet apprentissage à l'écoute corporelle, au travers d'une attention particulière portée sur les sensations perçues et induites, constitue une approche globaliste du corporel et du psyché intégrant les notions fondamentales "mouvement interne", "point d'appui", "sensibilité corporelle"... C'est cette rencontre avec notre sensibilité corporelle que Danis Bois nous invite à découvrir et à exploiter, mais y sommes-nous prêts et en sommes-nous capables ?

L'ouvrage se décline en quatre grandes parties qui progressent de la conceptualisation du Moi interne (mouvement interne) aux incidences thérapeutiques. Au travers de ces quatre temps fondamentaux, l'auteur nous propose un cheminement intrinsèque en tentant d'éclairer notre Moi interne afin de le reconnaître, l'accepter, l'écouter et l'exploiter. Ce mouvement interne qu'il développe trouve son origine dans son expérience initiale d'ostéopathe. C'est au travers de ce mouvement respiratoire primaire (cher aux ostéopathes) qu'il a pu et su lier cette vie intérieure corporelle à la vie intérieure psychique.

Dans la première partie, D. Bois nous rappelle cette potentialité formidable du mouvement interne. La psychologie humaniste regarde cette potentialité primaire comme une intension vitale portée vers "le

beau" et "le meilleur", l'auteur reprend Carl Rogers à ce propos : *"Un même principe de vie anime l'individu et l'univers, y créant le mouvement selon un processus directionnel qui lui est propre"*. Cette force intérieure est très souvent décrite comme inconsciente et source de régulation biologique de l'individu mais demeure accessible et sous influence du monde extérieur (éducation, valeurs, stress...).

Cette potentialité, D. Bois la découvre au travers de l'ostéopathie et du mouvement respiratoire primaire, il le présente comme la manifestation physique de cette potentialité individuelle au travers d'une écoute et d'une perception spécifique des fascia-corporels.

Une écoute attentive permet de déceler cette pulsion de vie mais aussi les désordres plus ou moins conscients qu'il transporte. Cette attention particulière implique fortement le thérapeute et peut même l'emmener au-delà de la perception vers le chemin hasardeux d'une interprétation propre laissant sur le côté ce que le mouvement primaire peut encore nous dévoiler. Ce nouveau mode de connaissance de l'autre, touchant l'intimité et le profond (inconscient), mérite attention et recule.

Cet inconscient est ensuite largement développé par l'auteur, non pas dans une lecture psychanalytique (freudienne), mais dans une conception somato-psychopédagogique. Pour D. Bois, l'inconscient est pluriel : il peut avoir trait à des éléments très anciens mais aussi à des événements récents, voire même à venir (par blocage anticipatoire), il peut même n'être en lien avec aucun événement relevant ainsi à un regard figé sur le monde et les situations.

C'est ainsi que tout inconscient a une histoire propre, l'intéressant pour l'auteur n'étant pas l'événement mais les perceptions qu'il est susceptible d'induire... C'est au travers et sur cette mémoire corporéifiée que le thérapeute corporel se propose d'agir en rentrant en communication avec elle.



La deuxième partie développe le langage spécifique du corps. La culture ostéopathique de l'auteur l'amène tout naturellement à développer le langage du corps au travers d'un dialogue tissulaire tout à fait singulier.

L'écoute manuelle du thérapeute perçoit, guide et tente de réharmoniser le message délivré par le corps en souffrance du patient. Cette écoute corporelle a permis à l'auteur de proposer en aval une mise en mots à travers l'entretien verbal des sensations perçues et induites.

Cette mise en mots, au travers du processus de conscientisation des perceptions constitue un temps fondamental de la psychopédagogie corporelle. C'est ainsi qu'il définit trois niveaux d'écoute : ce qui est dit, ce qui est implicitement dit et ce qui n'est pas dit. La principale difficulté étant bien évidemment d'entendre ce qui n'est pas dit, sans se lancer dans "le propre des liens interprétatifs du thérapeute".

Ce processus d'explicitation si prégnant pour Vermersch et Rogers est rappelé par les propos de D. Bois lorsqu'il dit : *"Dans le droit fil de ce Moi nouvellement vécu, son comportement se modifie positivement. Il s'en vient à se rendre compte qu'il n'a plus lieu d'avoir peur de son vécu, mais qu'il peut, au contraire, l'accueillir librement comme partie intégrante d'un Moi qui change et qui progresse"*.

Pour ce faire, la somato-psychopédagogie s'intéresse également au langage gestuel, toujours révélateur et expressif d'un Moi inconscient mettant en relation l'individu avec le monde extérieur et exprimant ainsi ce que je suis et ce que je vis au sein du monde.

Cette gestion du rapport au monde extérieur est caractérisée par la proprioception consciente et inconsciente au niveau ostéoarticulaire, la gestion psychique du rapport au monde est également régie par une proprioception psychocorporelle et ce dès la plus petite enfance.

L'auteur fait le lien entre ces deux processus par lecture de "la danse

du mouvement" de l'individu. Cette pédagogie de la lecture psychocorporelle est une quête permanente du duo formé par le thérapeute et son patient : conscientiser son rapport au corps dans une lecture psychocorporelle c'est déjà s'inscrire dans le changement et la voie du progrès.

La troisième partie développe à elle seule les conditions de l'accordage somato-psychique qui inclut plusieurs registres : l'accordage de la personne avec son corps, l'accordage de la personne avec ses pensées, l'accordage de la personne et ses comportements.

Cet instrument à quatre cordes nécessite une précision d'accordage mais il doit aussi offrir les conditions d'un jeu musical cohérent permettant d'accorder l'unité corps/psyché dans un autre rapport à l'autre, en tant qu'homme, produit de l'union ineffable des deux termes qui le constituent.

La quatrième et dernière partie projette toutes ces notions dans l'univers du "guérir" mais guérir qui et/ou quoi ? Telles sont les questions fondamentales abordées au travers de l'être sensible et du mal-être ambiant que nous vivons tous (plus ou moins bien):

Mais si le mal être semble dû à ce que l'on vit de l'extérieur, il est bien souvent essentiel de travailler le mal-être de soi face à soi. C'est en travaillant cette dynamique d'écarts incessante que chacun pourra mieux appréhender l'extérieur. Toute pathologie doit être envisagée comme la rupture de l'harmonie physiologique physique et psychique.

Le traitement consistera souvent à ré-harmoniser le rapport que le sujet a avec son propre corps et ses propres synergies corps/esprit. La quête d'un retour à l'état physiologique n'est pas toujours possible ni souhaitable (pathologie chronique). C'est en ce sens que la dimension pédagogique au travers d'une guidance des apprentissages perceptifs psychocorporels permet de construire d'autres liens pour construire une nouvelle dynamique identitaire.

Dans cette logique, l'auteur fait souvent référence à E. Minkowski comme une référence de la psychiatrie phénoménologique mettant en évidence l'importance de la perte de sens dans la construction de la souffrance. Soigner un mal-être c'est avant tout l'accepter, le comprendre ; le construire pour le reconstruire et le vivre à part entière. Cette autogestion offerte et guidée par la somato-psychopédagogie insiste et contraint le patient à s'engager dans la voie de la confiance et du rapport permanent.

Au total, ce livre est riche d'enseignements car il témoigne une fois encore des liens corps/esprit mais il les dépasse en exprimant la récursivité de ses constituants. Il engage le thérapeute (quel qu'il soit) à écouter, percevoir, aider le patient dans cette écoute plurifactorielle, d'accorder et de jouer à l'autre sa propre musique.

Le professionnel du corps et du mouvement perturbé qu'est le kinésithérapeute ne peut rester insensible à cet appel vibratoire.

François BRIDON