Les principes et la pratique de l'Ortho-Bionomy®

Découverte de l'Ortho-Bionomy®

Le Dr Arthur Lincoln Pauls a mis au point cette méthode de soins en Californie dans les années soixante-dix.

Né au Canada en 1929, après avoir passé cinq ans dans la Royal Air Force canadienne, il exerce diverses professions dont celle de professeur de judo.

À la suite de plusieurs blessures reçues dans la pratique de ce sport, il se fait soigner par un ostéopathe, puis étudie lui-même l'ostéopathie.

Cette pratique de soin a été découverte officiellement par le Dr Still à la fin du 19e siècle, mais l'origine de ces thérapies manuelles est plus lointaine encore et date de l'Antiquité : on en a effectivement retrouvé la preuve en Chine, grâce à un traité dont la rédaction se situe vers 2600 ans avant J.-C. !

Le but de l'ostéopathie est de remettre le corps en mouvement, tant au niveau de la mobilité consciente et volontaire sur le plan ostéo-musculaire, qu'au niveau de la mobilité involontaire des viscères. N'oublions pas : le mouvement c'est la vie !

Après le rétablissement de cette mobilité, de nombreux désordres fonctionnels s'amendent et la plupart des douleurs s'atténuent ou disparaissent.

L'ostéopathe peut agir de différentes façons : par des massages profonds, par une manipulation articulaire appelée aussi « thrust » (mouvement rapide et de faible amplitude) et par une mobilisation rythmique de l'ensemble du corps (le TGO). Il peut également utiliser des contractions musculaires volontaires associées ou non au souffle (inspiration ou expiration) ou encore, mobiliser le crâne, les viscères, etc.

Au cours de sa formation, le Dr Pauls découvre la méthode créée par un autre médecin : le Dr Lawrence Jones : « Spontaneous release by positioning » qui sera appelée plus tard : « Strain and Counterstrain », une technique qui permet le relâchement des contractures musculaires par un raccourcissement

du muscle spasmé maintenu pendant 90 secondes. Cette technique supprime la contracture : c'est un réflexe autocorrecteur.

Le Dr Pauls a étendu ce principe autorégulateur à des niveaux plus subtils : énergétiques et émotionnels. Mais, suite à l'incompréhension du Dr Jones à ce sujet, il a été amené à développer sa propre méthode qu'il a d'abord appelée : « The Evolvement of the Original Concept » (l'Évolution du Concept Originel) puis : « Ortho-Bionomy® ».

Il l'a ensuite enseignée dans de nombreux pays et a formé plus d'une centaine de praticiens en Amérique, en Europe, en Australie avant de décéder brutalement en 1997.

Les principes de l'Ortho-Bionomy®

Dérivée de l'ostéopathie, l'Ortho-Bionomy® utilise certaines de ses pratiques, mais avec une vision qui lui est propre : le but recherché n'étant pas de corriger le patient mais de lui permettre de se corriger lui-même par la mise en route de réflexes autocorrecteurs. Ceci, au niveau du corps physique bien entendu, mais aussi au niveau de l'énergie, de l'aura, en permettant au corps de se relier le plus étroitement possible au Concept Originel.

Mais qu'est-ce que le Concept Originel ? Qu'est-ce que l'énergie ? Qu'est-ce que l'aura ?

Pour le Dr Pauls, la notion de Concept Originel renvoie à la capacité de tout ce qui existe, de l'infiniment grand à l'infiniment petit, de s'autoréguler. En effet, un élément qui ne posséderait pas cette sorte d'« homéostasie » n'aurait pas d'existence…

L'homme aussi a une certaine capacité d'autorégulation, mais celle-ci s'amoindrit au fur et à mesure des tensions qui s'accumulent, des erreurs de compréhension… Il se coupe donc peu à peu du Concept Originel, tombe malade, vieillit… S'il réussissait à retrouver son Unité Première, il ne vieillirait plus à l'instar de certains maîtres légendaires de l'Himalaya.

En parlant de cette notion de Concept Originel, le Dr Pauls nous situe par rapport à cette réalité première.

L'Ortho-Bionomy® se définit comme suit :

- Ortho : ce qui est droit, équilibré (ὀρθος).
- Bio : la Vie (βιος).
- Nomy : la Science (υόμος).

Il s'agit donc bien de la Science de la Vie en équilibre…

On y retrouve aussi la notion d'autorégulation, d'homéostasie qui permet précisément de maintenir cet équilibre.

La notion d'énergie, de force vitale est également présente dans l'Ortho-Bionomy®: un facteur encore trop souvent rejeté par la médecine actuelle car il n'est pas mesurable.

Pourtant, on peut facilement mettre en évidence cette énergie par la photographie « Kirlian », du nom des deux chercheurs russes qui l'on inventée: cette technique photographique saisit l'interférence entre un champ électromagnétique et les émanations de tout corps vivant.

Une fatigue, une perte d'énergie se traduisent par une diminution des interférences photographiées. La prise de médicaments homéopathiques modifie aussi la photographie Kirlian comme par un « flash »…

Mais le plus bel appareil capteur reste encore notre propre corps, nos mains qui, avec un peu d'entraînement, peuvent nous donner de précieux renseignements sur l'état de santé, les tensions, les sentiments d'un patient!

Selon plusieurs traditions ésotériques, l'être humain est formé de plusieurs corps:

Le corps physique bien entendu, auquel on peut rattacher le corps éthérique qui lui est lié, et qui est le support de la Vie.

À l'intérieur de cette première « enveloppe » se trouve l'âme ou « corps astral »: support des émotions, des sentiments, de l'intellect et dont le rayonnement extérieur dépasse celui du corps physique.

Plus profondément se trouve ensuite le siège de l'esprit, relié au Concept Originel et qui, à l'extérieur, rayonne encore plus loin que le corps astral…

D'ailleurs, dans la religion catholique, il est dit que l'Homme est composé d'un corps, d'une âme et d'un esprit.

D'autres traditions introduisent des subdivisions supplémentaires à propos des différentes parties de l'être humain, mais ces dernières n'ont pas à être prises en considérations dans la compréhension du sujet qui nous occupe ici.

C'est pourquoi, lorsqu'il sera fait mention plus loin de « l'aura », il faudra comprendre qu'il s'agit des émanations de ces différents corps qui nous composent.

Émanations que certains « clairvoyants » peuvent percevoir, et que la plupart des êtres humains peuvent également sentir en approchant doucement leur main d'une autre personne, tout en restant réceptifs aux sensations qu'ils reçoivent à ce niveau…

Ce sont aussi ces émanations que l'on met en évidence dans les photographies d'aura.

Mais, revenons à l'Ortho-Bionomy® elle-même.

Le Dr Pauls en a structuré l'apprentissage et la pratique selon sept phases distinctes, bien que le travail en Ortho-Bionomy® ne commence réellement qu'en Phase 4.

Car les Phases 1, 2, 3 correspondent plus spécifiquement aux techniques apprises sans l'écoute intuitive du patient par le praticien.

- La Phase 1 pourrait correspondre à ce qui se passe dans un traitement local, sur la zone douloureuse : un massage sans ressenti de ce qui se passe au niveau de la lésion.
- La Phase 2 correspond à la kinésithérapie classique : lorsque le praticien applique une technique sans se mettre à l'écoute.
- La Phase 3 correspond aux techniques ostéopathiques du Dr L. Jones : ici le praticien questionne son patient au sujet de la douleur ressentie au point de tension et ajuste sa position en fonction de la disparition de cette douleur.

La connaissance des Phases 1, 2 et 3 du travail en médecine manuelle n'est pas nécessaire à la pratique de l'Ortho-Bionomy®.

- La Phase 4 peut donc être considérée comme le véritable début du travail en Ortho-Bionomy® : il s'agit d'un soin appliqué au corps physique accompagné et guidé par une attitude d'écoute intuitive.
- La Phase 5 est un travail au niveau de la circulation de l'énergie dans le corps.
- La Phase 6 agit au niveau du rayonnement extérieur, de l'aura.
- La Phase 7 quant à elle, permet une information « à distance » en utilisant les mêmes canaux que la télépathie.

On peut noter qu'au cours d'une séance de soin, différentes phases sont utilisées successivement et parfois simultanément, selon les besoins du patient.

L'apprentissage de l'Ortho-Bionomy® se fait au cours de stages par un contact direct enseignant-enseigné. Le meilleur livre ne peut remplacer cette transmission…

Une personne arriverait-elle à lire seule sans avoir été « initiée » au préalable ? C'est pourquoi de nombreuses disciplines se transmettent de maître à élève : le yoga, les arts martiaux… Et même la conduite automobile !

Des séminaires plus spécifiques apprennent aussi à travailler au niveau des viscères, du crâne… Certains concernent le travail sur la femme enceinte, d'autres la gestion des mémoires de traumatismes…

Mais le principe reste toujours le même : aller dans le sens des réactions de la personne, que ce soit au niveau physique ou énergétique, pour mettre en évidence le déséquilibre, permettre ensuite à la personne de se corriger et accompagner cette correction.

Il est également essentiel que le praticien soit bien centré en lui-même, qu'il soit « ancré » pour pouvoir être un appui pour le patient sans se laisser entraîner dans un schéma émotionnel qui le rendrait incapable d'accomplir ce travail de guide.

La première condition pour apprendre l'Ortho-Bionomy® c'est d'accepter de se tourner vers soi-même, de se connaître et de se reconnaître pour s'accepter, avec ses forces et ses faiblesses.

C'est à travers notre propre sensibilité que nous pouvons nous mettre à l'écoute de l'autre, à travers notre propre reconnaissance que nous pouvons reconnaître l'autre, et c'est grâce à nos expériences personnelles de ré-équilibration que nous pouvons accompagner l'autre…