

UNE MONTAGNE A GRAVIR ©

La méthode Poyet

La méthode Poyet est une proposition thérapeutique qui n'a besoin d'aucune aide extérieure et n'utilise aucune recette. Elle repose sur l'entraînement et le développement des qualités personnelles du praticien qui doit affiner ses sens et son esprit.

Soigner est d'abord un problème de relation qui nécessite de disposer d'un esprit et d'un cœur autant que de connaissances. Il faut aussi posséder des mains et se lancer généreusement dans les études et la pratique pour voir se développer une certaine expérience et, au-delà d'un savoir-faire, une relation plus riche et plus authentique à l'autre, au savoir et à la vie.

Un proverbe chinois nous dit : « la sagesse n'est pas une fleur que je peux cueillir et te donner, mais une montagne à gravir ». De même le savoir n'est pas une vérité qui peut s'enfermer dans quelques mots, mais une faculté de connaissance qui met en jeu de très nombreux mécanismes d'observations, d'analyse, de synthèse et de compréhension. C'est une faculté qui s'acquiert en entraînant ses sens et son esprit, c'est l'activité plus performante de notre pensée qui développe, par une fréquentation plus vivante, une relation plus profonde, plus fine et plus pertinente avec la réalité.

La méthode Poyet est une forme d'ostéopathie qui intervient avec des qualités de toucher particulières, tous les traitements se faisant par de minuscules stimulations, rapides et légères « avec la force d'un papillon se posant sur une fleur ». Cette légèreté donne des résultats surprenants dans des conditions de confort et de sécurité idéales. Autre avantage, elle nous a ouvert à davantage de finesse et nous a permis de découvrir un ensemble de micro-manifestations et certaines des grandes lois qui régissent notre fonctionnement à ce niveau.

Parti de l'ostéopathie classique et crânienne, Maurice Poyet a cherché les règles et lois théoriques qui structurent une pratique simple, vivante, efficace et rapide. Peu à peu, sa pratique est devenue une technique extrêmement précise entièrement basée sur l'observation et l'harmonisation des micro-mouvements que l'on peut percevoir à l'examen de tout corps vivant.

Il ne s'agit pas pour nous de replacer un os, de débloquer une articulation, de redresser un viscère ou de libérer un organe, du moins dans le sens couramment entendu, car nous ne travaillons pas tant sur des os, des muscles ou des viscères que sur les mouvements infimes et très mal connus qui les animent. Nous écoutons les micro-mouvements, et notre pratique impose de faire avec !

Pour nous, faire devient aider à faire, guérir devient aider à guérir, car personne ne peut « guérir pour l'autre » ! Nous pouvons par contre, l'aider à « se guérir », l'assister ou assister « en lui » les forces de santé.

Le praticien doit s'adapter au malade, faire avec lui et avec les forces qui s'expriment en lui, s'ajuster aux exigences particulières de chaque situation. Traiter ses patients ne consiste plus à manœuvrer « contre », mais à aider les mouvements intimes de ce sujet à faire le travail, à faire leur travail, c'est-à-dire à retrouver toutes leurs possibilités fonctionnelles d'autorégulation dans les conditions naturelles d'une relative perfection. Si, parfois, un petit « coup de main » est encore nécessaire, il est pratiquement imperceptible, nos principaux alliés étant la douceur et la précision.

Notre intervention se limite à apprécier et, si besoin est, à restituer leur totale liberté aux micro-mouvements qui, par rapport à leur point d'équilibre, doivent aller aussi bien et aussi loin, dans les trois plans de l'espace. La pratique de la méthode Poyet est très simple..., mais il est parfois difficile d'être simple, (surtout pour certains) d'autant que la simplicité n'est pas la facilité !

Notre méthode est une « ouverture » pour mieux comprendre et aider l'homme dans son environnement comme dans son intériorité. Notre approche tant théorique que pratique nous permet de mieux saisir, et de mieux nous adapter, aux exigences et aux lois qui nous gouvernent (ceci autant dans le cadre d'une perception générale et collective que dans celui d'une intervention particulière sur un individu original, dans une situation précise mais imprévisible a priori) et donc d'intervenir au mieux : avec un maximum de précision, d'efficacité, de respect, de douceur et de prudence et un minimum « d'effraction », d'ingérence et de risque.

Bien «présent» dans nos activités et recherches actuelles nous restons «à cheval» sur le mouvement de l'évolution, un pied dans la tradition, l'autre dans l'innovation. Nous intégrons les données les plus modernes des raisonnements systémiques et cybernétiques : les conceptions les plus avancées fertilisent nos hypothèses et consolident nos progrès théoriques. Nos approches sont aussi globalisantes que possible et tendent de relier plutôt que de distinguer ou opposer les connaissances issues de «sciences» différentes. Franchement tournée vers l'innovation, notre évolution est cependant réfléchie et profondément ancrée dans les traditions : avec respect nous avons gravi les étapes successives de nos prédécesseurs, avec reconnaissance nous avons refait certaines constatations et acquis une certaine expérience.

Grâce à eux nos bases sont plus larges et plus consistantes. Riches de leur travail et de toutes leurs découvertes, nous avons aujourd'hui à poursuivre les recherches et explorer d'autres facettes de notre inconnu. Mais la science d'aujourd'hui est qualitativement différente de celle d'hier et si celle de demain nous est encore de ce que nous connaissons déjà. Demain ne sera pas seulement «d'avantage» mais sera surtout «autrement».

Notre méthode n'est pas un bricolage, une addition de recettes ou d'éléments hétérogènes mais l'émergence d'une technique originale à partir d'apports qui sont comme les strates des différentes sciences et cultures où nous plongeons nos racines et qui nous ont imprégnés antérieurement. Elle est la suite logique et normale d'une démarche construite sur les données fondamentales de la biomécanique, doublée d'un raisonnement ostéopathique (tout peut se contrôler par l'ostéopathie classique) mais sa manière de faire est tout-à-fait moderne et originale et elle a découvert des nouvelles lois et des relations jusqu'ici inconnues qui seront utiles à tous (même à ceux qui utilisent des pratiques plus classiques et anciennes).

Fréquenter les micro-mouvements, cette réalité en nous et en l'autre, c'est devenir un partenaire plus conscient et plus savant, plus libre et plus autonome, de la vie qui nous habite. C'est abandonner une médecine interventionniste, autoritaire et directive pour choisir une médecine permissive, douce et complice, visant à assister et restaurer les mécanismes d'autorégulation de son patient et à l'aider ainsi à être au mieux de lui-même (quel qu'il soit). Chaque séance de chaque traitement est unique et imprévue, faite de l'harmonisation de multiples micro-déséquilibres précis mais imprévisibles. C'est une expérience vivante qui permet de développer une relation plus satisfaisante et plus bienfaitrice pour le patient et pour soi-même.

En effet, pour cela, le thérapeute doit développer sa sensibilité et prendre confiance dans ses propres perceptions et en lui-même. Prenant ainsi conscience de son propre potentiel le praticien s'assure de ses capacités personnelles et se donne un savoir-faire plus efficace par une réelle intégration des connaissances dans son vécu et sa pratique. Mieux maîtriser son esprit et ses mains lui permet ainsi de traiter plus efficacement et plus librement.

Signalons que bien que plusieurs années soient nécessaires pour maîtriser toutes les subtilités de cette méthode, dès le premier stage les étudiants sont stupéfaits de la richesse d'une relation utilisant toutes leurs sensations, de l'évolution de leur pratique et des premiers résultats qu'ils obtiennent très vite ainsi.

Une autre particularité de cette méthode est l'incroyable diversité des indications sur lesquelles elle se révèle efficace. Traiter par les micro-mouvements ouvre à une multitude de succès thérapeutiques et dépasse très largement les indications «mécaniques» qui sont les premières qui viennent à l'esprit.

C'est incontestablement, une voie de progrès pour la kinésithérapie et pour les kinésithérapeutes, un moyen d'augmenter nos compétences actuelles et notre efficacité professionnelle, d'accéder à une activité plus créatrice et plus indépendante, de découvrir d'autres horizons sensoriels, intellectuels et professionnels.

ALAIN CALMETTES

(co-fondateur et enseignant d'Arthémis)

Article de Kiné actualités de juin 1992