

# Le Taiji Ostéopathique

Propos de Georges Charles recueillis par Juliette Chevalier



Andrew Taylor Still, fondateur de l'ostéopathie  
(1828-1917)

Dans notre précédent numéro, nous avons abordé avec Georges Charles les rapports essentiels existant entre le Taiji et l'ostéopathie. Devant l'intérêt suscité par ce sujet, il nous a semblé utile d'en savoir un peu plus.

**GTao : Plusieurs lecteurs, à la suite de votre article, nous ont demandé ce qu'est exactement l'ostéopathie.**

G.C. : Comme le souhaitait le Maître Kongzi (Confucius) il y a plus de deux millénaires, il convient de rendre aux mots leur juste valeur et pour ce faire, rien ne vaut un peu d'étymologie ! Ostéo vient du grec *Osteon* qui signifie *os* et *pathos* qui signifie qui agit à l'intérieur. Ostéopathie signifie donc littéralement ce qui agit à l'intérieur par le biais des os.

L'ostéopathie est un système thérapeutique qui fut fondé par Andrew Taylor Still (1828-1917) à partir de deux constatations essentielles :

1/Il existe une intégrité/unité de la structure corporelle.

2/Il existe une immunité naturelle.

L'ostéopathie consiste donc à rétablir des relations structurelles normales, en agissant sur les os et les articulations, pour permettre au corps de produire ses propres remèdes contre la maladie. Still avait coutume d'affirmer que la structure gouverne la fonction. En rétablissant le bon fonctionnement de la structure corporelle, on agit donc en profondeur sur les organes et leur fonction. La théorie et la pratique de Still donnèrent naissance à l'ostéopathie, puis se transmièrent à partir de ses disciples jusqu'à nos jours.

Exactement comme dans les pratiques chinoises, on distingue actuellement plusieurs tendances plus ou moins structurelles, fonctionnelles ou énergétiques, donc plusieurs écoles qui ne s'entendent pas trop ensemble. Certaines favorisent le travail sur le mouvement cranio-sacré, d'autres sur des mobilisations vertébrales, d'autres

encore sur des massages et mobilisations articulaires générales, et certaines encore pratiquent une synthèse entre ces diverses méthodes. De même que le Taijiquan des origines a éclaté en plusieurs styles et écoles, l'ostéopathie de Still a donné naissance à plusieurs courants qui revendiquent désormais leurs différences. Mais, comme dans les arts chinois, ceci est une preuve de vitalité.

### GTao : L'ostéopathie pourrait-elle donc être un art interne ?

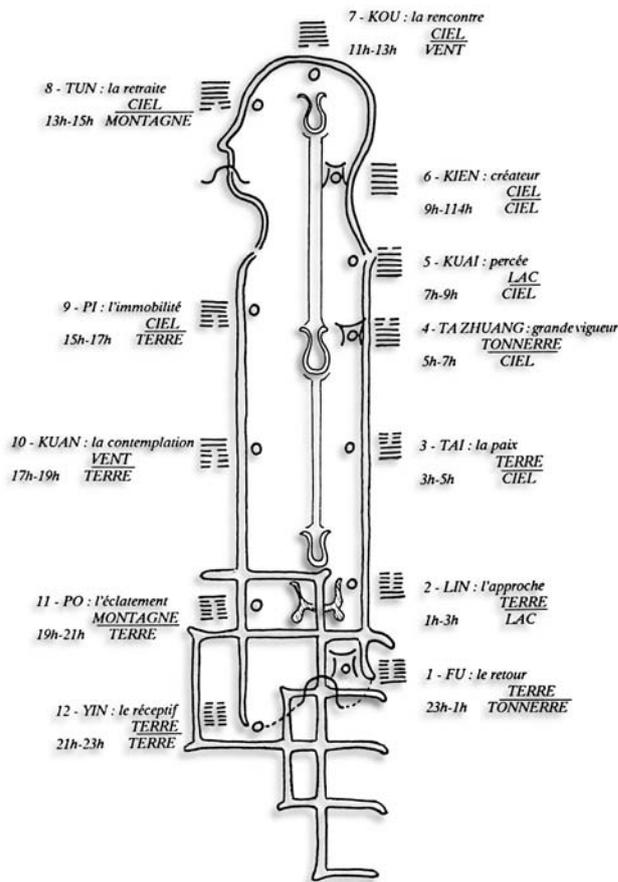
G.C. : L'ostéopathie agit à l'intérieur par le biais des mobilisations ostéo-articulaires comme les arts internes chinois agissent sur l'intérieur par le biais du mouvement, donc de mobilisations ostéo-articulaires. Les moyens diffèrent quelque peu mais le but est le même. De plus, l'ostéopathie implique une relation entre le concret, les os, et le subtil, l'énergie interne et la capacité du corps à réagir. La plupart des pratiques taoïstes utilisent ce même principe, agir sur la structure pour influencer l'énergie ou renforcer l'énergie pour rééquilibrer la structure. Cela est résumé dans l'adage *Renforcer l'interne pour protéger l'externe* ainsi que dans l'étymologie originelle de Taiji qui signifie à la fois la faite, le sommet, le toit, ce qui se voit de l'extérieur, et la poutre faîtière qui soutient l'édifice. Cette poutre n'est visible que de l'intérieur - *Nei* -. Taiji est à la fois le toit - externe - et la poutre - interne -. La poutre soutient le toit et le toit protège la poutre. Si l'on enlève le toit - manque de protection externe - la poutre pourrit. Si l'on affaiblit la poutre - faiblesse interne - le toit s'écroule. Interne et externe comme la poutre et le toit sont indissociablement liés et participent à une unité/intégrité.

### GTao : Mais l'ostéopathie en France n'est pas reconnue officiellement...

G.C. : Ni plus ni moins que ne sont reconnues officiellement l'acupuncture, l'homéopathie, le Qigong et de multiples autres médecines non conventionnelles ou non conventionnées. Par contre, de nombreux pays européens reconnaissent, à plein titre, ces autres médecines. Sur le plan de la santé et du droit de chacun à se soigner suivant ses convictions, donc de la liberté de conscience, nous avons à peu près deux ou trois guerres de retard sur les Anglo-Saxons. Aux USA, l'ostéopathie se pratique en milieu hospitalier où elle est non seulement autorisée mais conseillée. Comme le Qigong en Chine. Seuls des médecins ayant un diplôme de médecine peuvent officiellement se déclarer ou se prétendre ostéopathes ou acupuncteurs... Heureusement, le public ne s'y trompe pas!

### GTao : Dans le précédent article, vous avez parlé de respiration embryonnaire et de mouvement respiratoire primaire, qu'en est-il exactement ?

G.C. : La respiration embryonnaire est un concept taoïste



le corps énergétique taoïste

basé sur le principe de la relation entre le macrocosme et le microcosme corporel. L'univers est animé par un Grand Principe ou Grand Flux, *Taisu*, tandis que le corps est animé par cette respiration de l'embryon, *Taixi*, qui commence avant la naissance et continue quelque temps après la mort. Mais il s'agit de la même pulsion qui est suivant Zhuangzi - Tchouang Tseu - le mouvement du Taiji, donc du Tao.

Suivant le *Livre du Centre* de Laozi cité par Liu Peizong, le souffle originel - *Yuanqi* - se concentre en Cinq Mouvements - *Wuxing* - qui forment l'embryon. Au bout de soixante jours de fusion de l'Essence - *Jing* - du père et du sang - *Xue* - de la mère, se forme le placenta. L'essence paternelle se transforme en un poisson Yang et le sang maternel se transforme en un poisson Yin. La forme du Taiji apparaît et le fœtus commence à se former. Ce dernier absorbe peu à peu le souffle du Ciel - *Shen Qi* - et le souffle de la Terre - *Jingqi* -. Le Taiji se met alors en mouvement dans le ventre maternel sous la forme de la respiration embryonnaire.

Jusqu'à la naissance, le fœtus utilise cette respiration embryonnaire. Le jour de la naissance correspond au passage entre la vie aquatique et la vie terrestre, ou aérienne. La respiration ordinaire prend alors le pas sur la respiration embryonnaire et celle-ci se restreint jusqu'à devenir imperceptible. Le but de la pratique interne est de retrouver cette respiration embryonnaire et de l'harmoniser avec la pulsion de l'univers, *Taisu*,



## La respiration embryonnaire est un concept taoïste basé sur le principe de la relation entre le macrocosme et le microcosme corporel

par le biais du mouvement, *Dong*, ou de la méditation. Précisons tout de suite que méditation signifie littéralement *agir centré* comme respiration signifie *relier l'esprit à l'acte*. En reliant l'esprit à l'acte par le biais de la respiration, *Huxi*, puis en agissant centré par le biais de la méditation, on retrouve alors cette respiration *merveilleuse* qu'est la respiration embryonnaire. Ce faisant, on s'unifie avec l'univers, donc le Tao. C'est la proposition essentielle de Laozi dans le chapitre X du *Tao Te King* : *En faisant en sorte que ton souffle spirituel et que ton souffle corporel embrassent l'Unité, en concentrant ton énergie et en onservant ta souplesse, peux-tu redevenir un enfanton ?* Le retournement du fœtus peu avant la naissance correspond, par ailleurs, au passage entre le Ciel Antérieur et le Ciel Postérieur.

### GTao : A quoi correspondent ces notions de Ciel Antérieur et de Ciel postérieur ?

G.C. : En chinois, Ciel Antérieur - *Xian Tian* - signifie tout simplement Avant le Ciel, et Ciel Postérieur - *Hou Tian* - signifie tout simplement Après le Ciel. Au niveau du macrocosme universel, cela correspond à deux étapes essentielles : la première, celle du Ciel Antérieur, se situe avant la création, ou formation du Ciel ; la seconde, par voie de conséquence, après la création du Ciel et de la Terre. En philosophie, on peut parler d'ordre nouménal et d'ordre phénoménal. Le noumène est la chose avant sa création dans son potentiel absolu, donc idéale. Le phénomène est la chose telle quelle est après avoir été créée. On ne peut donc parler du Ciel Antérieur, les choses telles qu'elles auraient dû être, que par rapport au Ciel postérieur, les choses telles qu'elles sont en réalité. En quelque sorte, la voiture nouménale est celle que vous imaginez ou qui est représentée dans la publicité et la voiture phénoménale celle que vous avez achetée et que vous garez en bas de chez vous. La voiture idéale se situerait probablement à mi-chemin entre les deux. Lorsque deux taoïstes critiquent une situation, ils disent, euphémiquement et avec un certain humour, parler du Ciel Antérieur, donc comparer ce qui est avec ce qui devrait être.

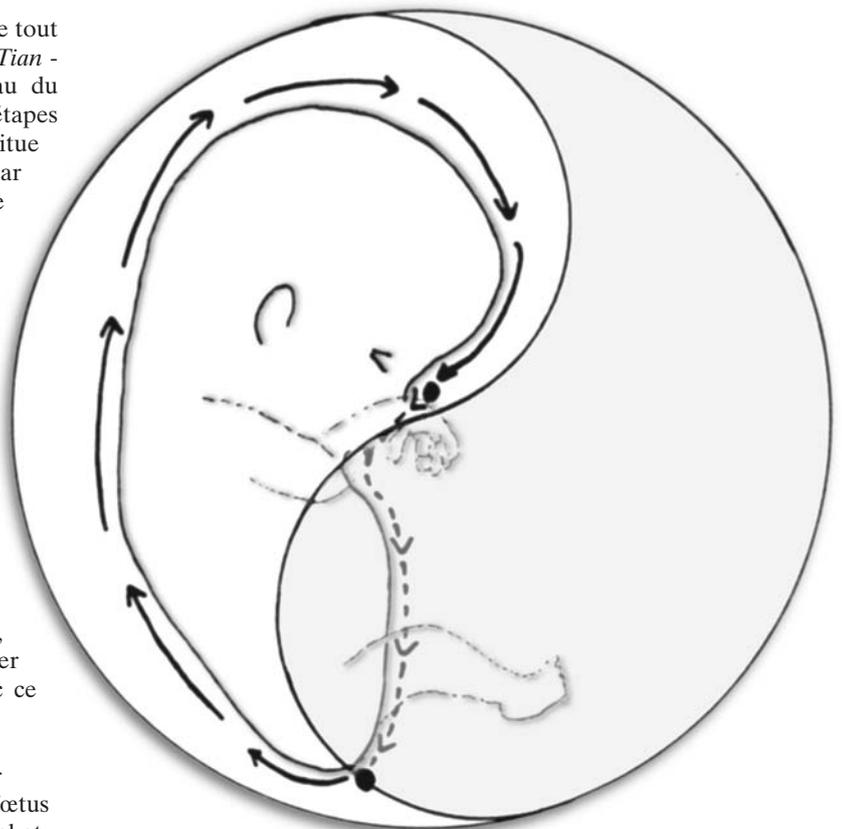
Au niveau du microcosme humain, le Ciel Antérieur - Avant le Ciel - est ce que ressent et ce que voit le fœtus avant la naissance. Dès qu'il voit le jour, il voit le Ciel et passe dans le monde tel qu'il est. Il respire alors normalement. Il n'en conserve pas moins la mémoire d'Avant le Ciel et de sa respiration merveilleuse ou embryonnaire ! Laozi - littéralement le vieil, *Lao*, embryon, *Zi* ou le *Vieux bébé* nous propose, par le biais de la pratique interne - joindre le souffle spirituel et le souffle corporel -

de retrouver cette mémoire et de conserver l'Unité : *serrer ferme - ou maintenir - et contenir l'Unité.*

Maintien et Contenance dans la pratique permettent donc de retrouver cette mémoire et ce mouvement, enfouis au plus profond de nous. La pratique du Ciel Antérieur, qui correspond aussi à l'inné - donc à ce que l'on est - et du Ciel postérieur, qui correspond à l'acquis - donc à ce que l'on fait - et leur harmonisation permettent d'agir aisément, avec facilité. En un mot comme en cent, entre Avant le Ciel, l'inné, et Après le Ciel, l'acquis, il existe le Pendant, donc l'équilibre en mouvement du Taiji. Lorsque le Ciel Antérieur et le Ciel postérieur s'unifient, il y a harmonie universelle dans le macrocosme et harmonie corporelle dans le microcosme... Mais aussi harmonie parfaite entre attaque et défense puisque l'une et l'autre ne font qu'un.

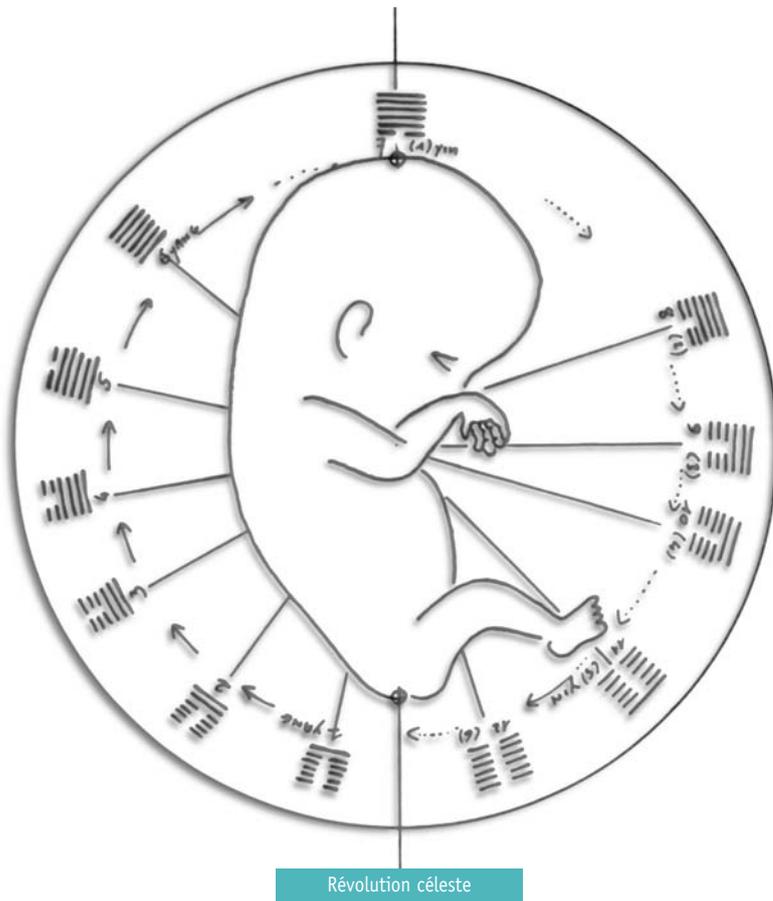
### GTao : Et l'ostéopathie ?

G.G. : Le mouvement respiratoire primaire - MRP - est très semblable à la respiration embryonnaire puisqu'il s'agit d'une impulsion lente et rythmique qui se manifeste



La respiration embryonnaire

sous la forme d'une expansion et d'une rétraction sur un cycle de huit à douze périodes par minute en moyenne. Cette pulsion est distincte des rythmes cardiaques



et respiratoires. Elle apparaît entre les quatrième et cinquième mois de la vie intra-utérine et persiste plusieurs heures après la mort dite clinique. Cette pulsion, donc cette onde de flux et de reflux, est totalement involontaire et ne peut donc être contrôlée par le biais de l'intention.

Certaines pratiques peuvent par contre amplifier peu à peu ce rythme jusqu'à seize pulsations par minute. De leur côté, des sujets atteints par la maladie de Parkinson voient ce rythme chuter jusqu'à quatre ou cinq pulsations. Cette pulsation diminue alors tant dans la fréquence que dans l'intensité. Ce mouvement respiratoire primaire est, avec un peu d'expérience palpatoire et une bonne écoute, perceptible plus particulièrement au niveau du sacrum et du coccyx. Les ostéopathes parlent donc d'un mouvement crania-sacré.

En acupuncture classique, on retrouve cette notion de pouls sacrés ou pouls secrets qui se manifestent également au niveau du sacrum, Porte de la Terre, et de l'occiput, Porte du Ciel... mais aussi sur divers points du corps au niveau des barrières - mains et pieds, poignets et chevilles, épaules et hanches -. Il n'est donc pas étonnant que, tant en ostéopathie que dans de nombreuses postures - embrasser l'arbre, enracinement du Taiji - ou mouvements des arts internes, on insiste sur l'axe vertébral, la taille et le placement des mains/pieds ; coudes/genoux : épaules/hanches,

**Avant le Ciel,  
l'inné,  
et Après le ciel,  
l'acquis,  
il existe le Pendant,  
l'équilibre  
en mouvement  
du Taiji**

et la suspension de la tête dans l'espace. On cherche en réalité à retrouver cette mémoire antérieure et à développer puis harmoniser cette pulsion originelle, antique, ancestrale et individuelle. L'individu, par essence, est ce qui ne peut être divisé. Il est encore question d'Unité, Yi et d'Harmonie, He.

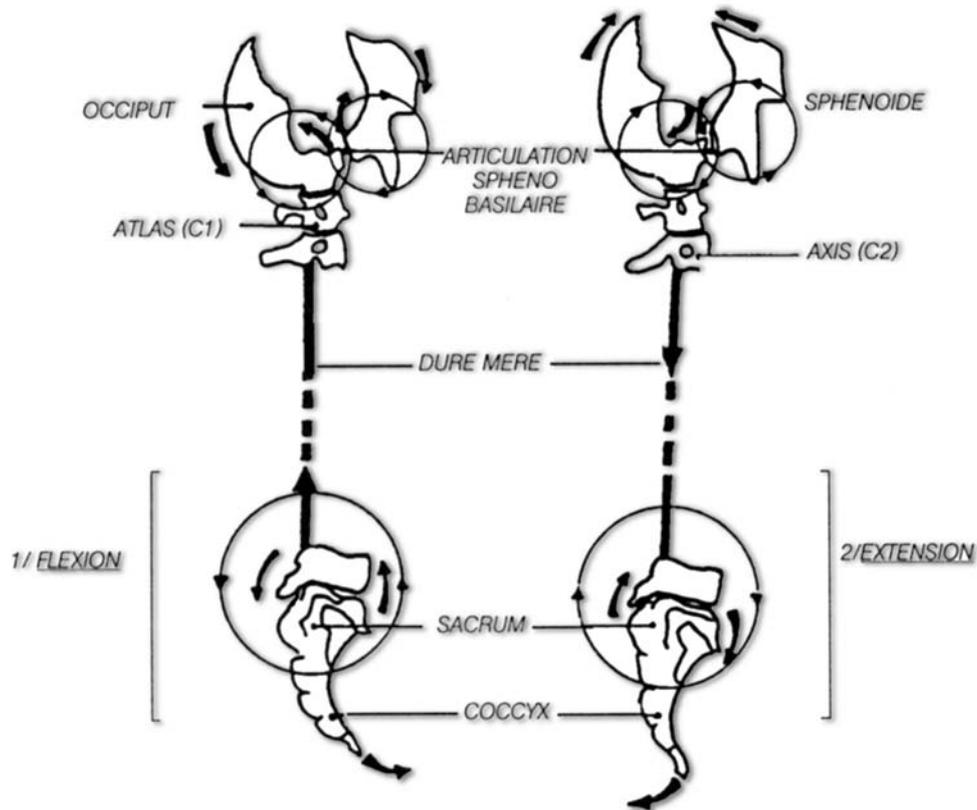
### G.Tao : Comment cela se passe-t-il ?

G.C. : Dans certaines conditions idéales, lorsque la posture est bien réalisée et que le mouvement est harmonieux, l'individu se trouve dans un état particulier de récepteur, amplificateur, émetteur. Il reçoit les énergies du Ciel et de la Terre ; amplifie celles-ci et les harmonise avec sa propre pulsion puis, éventuellement, les émet sous la forme de mouvements et d'applications énergétiques, thérapeutiques ou martiales.

Cela se fait naturellement et d'une manière spontanée. Dans ce cas, agir est facile. Que se passe-t-il alors ? Le chapitre VII du *Houai Nan Tzeu* répond à cette question : *Ayant réalisé cette Unité, le Sage accomplit en perfection les devoirs de sa vie. Libre et joyeux, vide et serein, il va jusqu'au terme de sa destinée. Rien ne lui est tout à fait étranger. Il embrasse la Vertu et réalise la fusion harmonieuse des souffles, poursuivant avec facilité la Voie de l'Harmonie... Cela fait que sa vision remonte au-delà du passé et que le regard s'étend plus loin que l'avenir, avec la plus grande aisance. Comment dans ces conditions s'occuperait-il encore de bonne ou de mauvaise fortune ?*

Cela rejoint en quelque sorte la proposition du fameux Maître aux Trois Paumes, Sun Lu Tang ou Sun Fukuan : *La pratique de l'Art du Poing sert d'abord à entretenir la santé. Elle sert ensuite à pouvoir se défendre si on est agressé. Elle sert également à éveiller l'Esprit, mais elle sert surtout à modifier le cours des choses, à agir sur sa destinée.*

Les diverses méthodes chinoises, et par extension extrême-orientales et orientales, servent donc, grâce à divers moyens, à mettre en œuvre ce mouvement de vie qui modifie le cours de la destinée comme les diverses méthodes occidentales éveillées dont l'ostéopathie fait partie... Evidemment, cet idéal dérange quelque peu tous ceux qui ont décidé pour nous une destinée inamovible basée sur la soumission au seul profit de quelques-uns. Il est donc mal vu de veiller sur sa santé, mal vu de savoir et de pouvoir se défendre, mal vu d'être éveillé et encore plus mal vu de tenter de modifier son destin. Un des élèves de Still, William Jones, avait coutume de rappeler que toute doctrine nouvelle traverse trois états : on l'attaque d'abord en la déclarant absurde. Puis on admet qu'elle est vraie, mais insignifiante. On reconnaît enfin sa véritable importance et ses adversaires revendiquent alors l'honneur de l'avoir découverte.



Mouvement de la respiration primaire crano-sacrée

## GTao : Cette pulsion se manifeste-t-elle dans toutes les pratiques énergétiques ?

G.C. : Elle se manifeste dans l'univers tout entier, dans la nature et dans le corps humain. Les diverses pratiques énergétiques sont là pour la mettre en évidence et l'utiliser à bon escient... Lorsque le Maître Ueshiba eut son illumination et déclara faire un avec l'univers et comprendre le langage des oiseaux. D'autres maîtres et d'autres pratiquants eurent des révélations très semblables mais lorsqu'un ostéopathe ressent le Mouvement Respiratoire Primaire d'un patient, il ne subit pas, heureusement, d'illumination. Son rôle est de traiter le patient. De même lorsqu'un patient est rééquilibré par un ostéopathe, il ne subit pas d'illumination mais ressort mieux armé pour affronter son problème ou sa maladie. L'utilisation de cette pulsion universelle dépend en fait de l'individu.

Ceux qui ont une démarche mystique y trouveront l'éveil; ceux qui ont une démarche énergétique renforceront leur énergie vitale; ceux qui ont une démarche thérapeutique soigneront mieux autrui; ceux qui ont une démarche martiale y trouveront une certaine efficacité; ceux qui ont une démarche écologique comprendront mieux la nature; ceux qui ont une démarche artistique y trouveront le rythme... Kuo Yun Shen insistait sans cesse sur l'importance de s'élever. Croire que l'ostéopathie consiste uniquement à faire craquer des articulations pour traiter un torticolis ou que les Arts Martiaux consistent uniquement à casser des planches ou à jeter quelqu'un par terre est une vision très terre à terre qui manque singulièrement d'élévation. Mais d'autre part, l'ostéopathie

ne consiste pas, non plus, en un orgasme mystique avec les confins de l'univers puisqu'il faut parvenir à un résultat attendu par un patient : la solution de son problème de santé.

Il en va évidemment de même pour les pratiques martiales. Des maîtres authentiques comme Kuo Yun Shen, Ueshiba, Sun Lu Tang, Yip Man ou Tsuda étaient souvent de grands mystiques, cela ne les empêchait pas de développer une certaine efficacité que l'on pourrait qualifier d'extraordinaire. Il est à remarquer que chacun d'entre eux basait sa pratique et son enseignement sur ce mouvement du Grand Flux, et ceci quel que soit le terme employé pour le désigner et les moyens mis en œuvre pour le mettre en évidence. Il convient simplement d'éviter les pratiques qui vont à l'encontre de ce principe d'Unité et d'Harmonie et qui blessent le corps, l'esprit, la nature... et autrui.

■ J. C.

Georges Charles anime les Arts Classiques du Tao et organise de nombreux stages à Paris, en Province et à l'étranger. Vous pouvez le contacter :  
7, rue Ferdinand Widal/75013 Paris  
tél : 02 3297 0294  
[www.oceanet.fr/associations/souffle](http://www.oceanet.fr/associations/souffle)

### Liens GTao

- GTao n°14 : Des arts martiaux au Tai Ji ostéopathique, P 88
  - GTao n°15 : De la peinture chinoise à l'art de la spirale, le Ba Gua P 36
- [www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)