

à la suite d'une chute a diminué, disons d'un quart. La prochaine fois, j'attendrai un moment moins affairé pour recevoir ce soin...

« MES DOULEURS ONT PRATIQUEMENT DISPARU ! »

Ce moment se présente à l'approche des vacances. C'est fois, c'est Béatrice Arnt, une nouvelle praticienne en cours de formation qui me reçoit. Contrairement aux techniques de manipulation classiques, la TNC n'utilise pas la force physique du thérapeute et mobilise uniquement les neuro-récepteurs de la peau. Une fois stimulés, ceux-ci entraînent une cascade de mouvements correcteurs qui entraînent un nouvel équilibre des forces tissulaires. Pas de risque de fausse manipulation donc. Après avoir pris note de mes douleurs, Béatrice passe à l'action : le cou, l'occiput, les pieds puis les genoux et les jambes pour lesquelles je n'ai pourtant décrit aucun symptôme sont le lieu de ses soins. Cette séance est particulièrement relaxante. J'en sors absolument détendu. Ma colonne vertébrale me semble plus élastique. Comme je m'y attendais, je suis pris d'une folle envie de ne rien faire puis d'un sommeil irrésistible. Cette fois, j'ai le loisir de m'y adonner. Et dans les jours qui suivent, la plupart de mes douleurs s'apaisent comme par enchantement. Tout de même, les deux semaines qui suivent ne sont pas 100 % confortables. Mes hanches, sans être franchement douloureuses, sont comme mâchées de l'intérieur, comme si mon corps revisitait ses fondements. Cet état dure trois semaines au bout desquelles je me sens renouvelé. En effet, j'ai remarqué que j'adoptais spontanément une posture plus verticale, avec des épaules ouvertes et un ventre détendu. Tout ce que j'ai essayé de réaliser à la sueur de mes tendons pendant ma pratique assi-

due du yoga ! Et quelques jours plus tard, je me prends à courir dans la rue à petites foulées, comme au bon vieux temps, sans qu'un tiraillement à la cuisse me rappelle à la marche. Et même si je n'ai plus le même coup de jarret, il y a du renouveau.

C'est décidé, je m'accorde une troisième séance de TNC. À la fin de cette séance, je me sens aussi souple qu'une liane. Mon dos a encore gagné un peu plus en fluidité et en verticalité spontanée. Quel confort ! La fatigue qui suit est moindre que précédemment. Mon expérience est-elle représentative de celles d'autres patients ? J'interroge Josette, une retraitée passée elle-aussi entre les mains de Béatrice. Elle souffrait de douleurs chroniques au bras et au cou. *« Je ne pouvais pas tourner la tête. Maintenant, mes douleurs ont pratiquement disparu ! Pour le bras, j'ai eu une nette amélioration. Mais il m'a bien fallu trois séances pour aller mieux. Les deux premières, j'ai surtout été extrêmement fatiguée. »* Avertie de mon enquête, une de mes sœurs qui souffre de douleurs cervicales chroniques l'obligeant à consulter régulièrement une ostéopathe décide de s'offrir, elle aussi, un soin. Elle choisit Olivier Delalande, frère du fondateur de la méthode, lui-même praticien et formateur pour la France. Dès la deuxième séance, ses douleurs sont soulagées. Presque un an après, le bénéfice du soin persiste. Cette nouvelle thérapie semble bel et bien avoir quelque-chose de spécial...

ET LES SOUFFRANCES PSYCHIQUES ?

Une question m'effleure : *« Et si tous les types de traumas, même émotionnels, s'affichent sur la peau, cette technique pourrait-elle venir à bout des souffrances psychiques ? »* Noël 2016 approche. À deux jours du réveillon, lors d'un

jeu avec mon fils, je me fais mal aux côtes flottantes. Tout mouvement latéral est douloureux. Rien d'autre à faire que de patienter. Quinze jours plus tard, ma douleur est toujours présente et limite encore mes mouvements. C'est alors que je rencontre ma soigneuse du printemps, Béatrice. Elle me prodigue un soin express. En cinq minutes, ma douleur baisse de 90 % et mon mouvement est libéré. Je suis ravi ! Sauf qu'une demi-heure plus tard, je suis aux prises avec une subite baisse de moral, sans explication. Étonné de cette morosité subite, je fais mon introspection... Et réalise que mon coup de cafard possède la même coloration émotionnelle que celle du jour de mon accident ! Ayant eu une interaction difficile avec une personne proche, je n'avais, ce jour-là, ni su exprimer mes émotions, ni eu la présence d'esprit de les réguler par mes techniques habituelles... Et mon tourment s'était subitement évaporé à la suite de mon accident. En libérant mes tensions corporelles, il semble que j'aie repris contact avec ces émotions réprimées... Du coup, il n'y a pas d'autre voie que de les éprouver pleinement... Ce que je fais. *« Il est vrai que l'on voit parfois des blocages psychiques se libérer au cours d'une séance »*, me confirme Olivier Delalande. *« Mais en cas de souffrance psychologique, mieux vaut consulter un spécialiste. La TNC n'est pas un soin de première intention dans ce cas »*. Pourtant, j'ai l'occasion de recueillir le témoignage d'une personne qui y a fait appel à cette fin. Jean-Louis souffre depuis longtemps d'angoisses et d'un mal-être intérieur qu'il ne parvient à résoudre. Il a bien un peu mal au dos, mais ce n'est pas le principal motif de sa première consultation. Au bout de deux séances, il témoigne : *« Ça m'allège. Depuis que j'ai reçu ces soins, je vois venir mes peurs et mes angoisses et je bloque moins sur elles quand elles sont là. »*