

Au cœur des marées du vivant, la Biodynamique CrânioSacrée Mars 2017



Par Marga Berr

L'expérience de l'étal

Je me promenais récemment avec des amis le long d'un estuaire. Nous étions là au moment précis où le courant descendant du fleuve s'équilibre avec le flux montant de la marée de l'océan. Ce moment a un nom, c'est l'étal : le point d'équilibre entre ce qui monte et ce qui descend, une suspension tant visuelle que ressentie, au cœur de laquelle un espace de quiétude émerge et submerge tout, un retour à la source qui est un ressourcement, un moment magique ...

Ce moment très particulier m'a évoqué très précisément ce que je rencontre parfois lors de séances de Biodynamique CrânioSacrée. Laissez-moi alors vous parler de mon expérience des marées du vivant...

Un petit rappel sur ce qu'est la Biodynamique CrânioSacrée (BCS)?

Je suis praticienne de Biodynamique CrânioSacrée (BCS), une thérapie manuelle issue du courant ostéopathique

Quelques explications pour mieux comprendre ce terme :

1. Le Crâniosacré :

Ce nom se réfère au système physique s'étendant du crâne au sacrum – avec le système nerveux central composé du cerveau et de la moelle épinière, au centre duquel circule le liquide céphalorachidien, qui est au cœur de notre pratique.

2. La Biodynamique :

Ce nom renvoie à une vision et à des principes - la dynamique de la vie et du vivant, mise en avant par Rudolf Steiner en Europe au début du XXème siècle, ainsi que par des philosophes comme Walter Russel, et dans le domaine ostéopathique par William Garner Sutherland D.O., père du concept crânien, et qui a employé le premier le terme de "Souffle de Vie" pour parler de l'intention créatrice de la vie.

Que sont les marées du vivant ?

Lors d'une séance de BCS, lorsque le praticien entre en contact avec le corps du patient par le toucher, il peut ressentir des marées de différentes natures.

Une bonne analogie pour comprendre de quoi nous parlons, est celle des ondes radio: il y a une diversité de longueurs d'onde, chacune branchée sur une station de radio différente – la plupart du temps nous n'en captions qu'une à la fois, ou deux ... Mais elles sont toutes toujours présentes.

De même, les champs des différentes marées sont toujours présents, qu'on en ait conscience ou pas.

Leur forme la plus tangible est celle d'un mouvement, de rythmes lents et continus, une fluctuation longitudinale ressentie dans le corps.

Michael Kern énonce deux principes de la BCS : ("Wisdom in the body", Thorsons, 2001, p.6)

- La vie s'exprime en tant que mouvement;
- Il y a une relation claire entre mouvement et santé.

Effectivement, sous les doigts du praticien, le ressenti de ces champs de marées est une expression de la santé et de la distribution équilibrée de la force vitale de la personne.

Mais ces champs prennent aussi des formes beaucoup plus subtiles :

Les différentes marées

L'impulsion rythmique crânienne

Cette impulsion rythmique est la plus simple à ressentir au niveau du corps physique : le soma – les os, les muscles et les fascias. Dans ce rythme, qui est le plus rapide et le plus variable, notre corps réagit à nos conditions de vie, tant internes qu'externes.

C'est souvent le seul rythme sur lequel se concentrent les manuels d'ostéopathie. En BCS, nous connaissons ce rythme, mais notre attention se tourne consciemment vers les marées des royaumes plus profonds qui suivent.

La marée des fluides

Ce niveau est celui du **corps des fluides**, où nous percevons le corps et la biosphère tout autour comme une bulle globale qui redonne au patient un sens d'unité et d'entièreté.

Dans cette manifestation, le Souffle de Vie infuse les fluides et les tissus, et l'on peut percevoir **un flux et un reflux** (la marée) qui amène ordre et organisation dans le système. Cette bulle est un retour à l'unité de notre cellule première, la santé, une respiration lente, profonde et unifiante. L'entrée et la dépose du système dans ce champ est le point de départ de tout soin en BCS.

La marée longue

La marée longue est la manifestation du Souffle de Vie dans le corps des marées, qui représente la transition du potentiel originel à l'incarnation : ce qui nous crée, les forces à l'œuvre au moment de la conception, les forces de développement dans l'embryon. Le Souffle de Vie impulse ici la vie et suit le plan initial de la matrice originelle, une intelligence créative se déploie, un grand vent organisateur se lève. C'est cette même force de création qui fonde aussi notre force d'auto guérison, le domaine de la santé primordiale, qui nous accompagne et nous guérit au niveau cellulaire toute notre vie durant jusqu'à notre dernier souffle.

La marée longue a un tempo très lent, que le praticien peut ressentir.

La quiétude (stillness)

C'est la page blanche où tout s'inscrit, la source, le terreau d'émergence de toutes formes, ce qui est à l'arrière-plan – il n'y a pas de mots pour la décrire, comme le disent les taoïstes : "le Tao qui peut être dit n'est pas le Tao éternel".

La quiétude est dynamique, elle est à la fois au cœur et à la périphérie de toute "chose" – elle est la page blanche où vont s'inscrire les galaxies, la terre, la possibilité de la vie Il n'y a pas de rythme dans la quiétude, il n'y a pas de "praticien" (au sens de l'égo), il n'y a qu'un vide plein.

Le Souffle de Vie émerge de la quiétude dynamique comme une intention créatrice, un mouvement premier.

Nous y sommes :

Le soma est immergé dans le corps des fluides, qui lui-même est immergé dans le champ des marées, et au cœur et tout autour la quiétude est présente : c'est la base même de la vie.

Interface des marées avec la BCS

Le Souffle de Vie dont nous avons parlé est physiquement perceptible sous les doigts du praticien pendant une séance : il s'exprime à travers ces différents mouvements lents de marées, tout d'abord dans le liquide céphalorachidien puis dans l'ensemble du corps fluide et des tissus, et dans le champ élargi pour les rythmes les plus lents.

La marée des fluides, par exemple, se manifeste comme le ressenti d'un espace élargi d'où se dégage une sensation plus calme, plus posée, unifiée – le retour d'un état morcelé à une entèreté. Son rythme est de l'ordre de un à trois flux/reflux par minute. La marée longue, elle, est perçue plutôt comme une présence bienveillante, aimante, voire un espace lumineux. Son rythme est plus lent, environ deux minutes par flux/reflux.

Lors d'une séance, l'un de ces champs se met en avant et nous collaborons avec lui, sans pour autant oublier la présence des autres royaumes de manifestation du Souffle de Vie.

Cette collaboration n'est pas une fiction : la BCS "fonctionne", elle est notamment particulièrement indiquée en cas de douleurs chroniques, de maux de tête, de mal de dos, insomnies. Elle est aussi utile pour un suivi de grossesse, ou pour accompagner un changement de vie - décisions à prendre, déménagement, changement de situation professionnelle, deuil – et également pour aider à intégrer, digérer et transformer divers traumatismes. Enfin, c'est aussi un cadeau à se faire pour son bien-être.

Et éventuellement, à travers votre séance, vous partagerez avec nous l'expérience de l'étal...



Pour aller plus loin...

Si vous souhaitez aller plus loin sur ce sujet, trois possibilités:

- Prendre une séance et expérimenter par vous-même ce que vous ressentez et ce qui se passe en vous pendant la séance et au-delà.

- Participer à notre cycle de stages sur la quiétude.

Ces rencontres sont réservés à la fois aux praticiens en BCS et à toute autre personne désireuse d'approfondir sa pratique de toucher et/ou son expérience de la méditation. Ils prennent la forme d'un partage d'expériences entre les participants, et de pratiques en commun.

- Si le sujet vous touche personnellement et que vous souhaitez organiser un stage de découverte de la Biodynamique Crâniosacrée adapté à votre milieu particulier (sage femmes, ostéopathes, thérapeutes ...) - contactez directement Marga

Pour en savoir plus :

Site web : www.craniosacre-biodyn.fr/formation.htm

Sur facebook : www.facebook.com/formation.francaise.craniosacre.biodynamique

Présentation de Marga Berr, praticienne et formatrice en Biodynamique Crâniosacrée

Marga s'est formée depuis 1990 dans l'approche biomécanique puis biodynamique du Crâniosacré à l'International Institute for Craniosacral Balancing (ICSB). Elle est diplômée BCST, ABD, et superviseuse de l'Institut. Elle coanime une formation française en BCS, et anime différents stages d'introduction à ce travail, ainsi que les "Chemins de rencontre avec la Quiétude".