

CHAÎNES MUSCULAIRES ET ARTICULAIRES G.D.S. DÉFINITION

Article publié dans le Cahier des Chaînes G.D.S. N°1, 1985.

Comment définir les chaînes G.D.S.?

Il y a plusieurs manières de définir cette méthode, de la considérer, et de l'utiliser.

Les chaînes offrent de multiples facettes et l'on trouvera ci-dessous une de ces définitions.

LES CHAÎNES G.D.S.

UNE PARTITION POUR ORCHESTRE

par Godelieve STRUYF-DENYS

Dans le cadre de l'enseignement et de la pratique des chaînes, cette approche peut réunir des musiciens et des instruments divers, autrement dit, des thérapeutes agissant avec leurs techniques et leur personnalité. Il n'est pas nécessaire d'abandonner sa spécialité pour pratiquer les chaînes.

La personne orientée vers une activité ou thérapie corporelle pour le système locomoteur, ou à partir du système locomoteur, en vue d'un équilibre organique et psychologique, se trouve actuellement face à une marée montante de méthodes de plus en plus diversifiées. Elle est invitée à éprouver les tableaux d'affichage des polycliniques de la thérapie corporelle et le plus souvent, l'intéressé, perplexe, tentera plusieurs approches successives comprenant mal les 'pourquoi' et les 'comment' de ses mieux-être ou de ses mal-être.

Rappelons que les chaînes enseignent qu'il n'y a pas de bonnes ou moins bonnes méthodes. Il n'y a que des patients auxquelles elles conviennent bien ou moins bien, en fonction du terrain, du moment, voire même du lieu et du climat.

La méthode des chaînes sensibilise à la nécessité d'aiguiser la perception, l'intuition, l'observation, offrant une grille d'interprétation aux données recueillies. Interprétation principalement du langage corporel dans les formes et les déformations du corps, les attitudes, les gestes, les comportements, les choix. Une telle interprétation permet de cerner le terrain psycho-organique et locomoteur d'un sujet et d'y adapter l'intervention de son choix, quelque soit la méthode que l'on utilise.

Précisément, il importe de réfléchir un instant sur *l'intérêt du langage corporel* dans le cadre de cette utilisation large de la grille d'interprétation proposée par les chaînes.

Le langage du corps est universel. Il ne connaît pas de races. À toutes les époques, en tous les points du globe, les hommes se sont exprimés avec des gestes, des formes, des rythmes réalisés au niveau du corps par les muscles des membres, du tronc et du visage que nous avons tous en commun.

De tous temps, les hommes ont employé les mêmes muscles pour exprimer de la même manière ce qui leur tient à coeur: leur histoire, leurs espoirs, le ravissement ou l'horreur, la confiance ou la peur, la joie ou la douleur, l'amour ou la haine... Tous les sentiments, toutes les émotions qui sont à la base du comportement humain ont suscité des gestes, des attitudes, racontés par ailleurs d'une manière privilégiée par la danse. Ici et ailleurs, maintenant et toujours, l'expression corporelle utilise les mêmes mécanismes.

Les chaînes proposent un outil de décodage de ce langage corporel, analysant en outre, au-delà même du geste et de la posture, les marques laissées sur le corps par le comportement.

Les sentiments permanents s'incrument, il y a des 'empreintes', des empreintes qui marquent et modèlent les tissus. Elles constituent véritablement une écriture, un langage sans détour qui ne ment pas.

Cette écriture révèle, au niveau du système locomoteur, les vrais messages de détresse que les mots tentent le plus souvent de masquer, ce que les mots ne trouvent pas le moyen de dire, d'exprimer, de dévoiler.

Avant les mots, le corps d'un bébé parle déjà et ce langage, qui se sert des muscles agissant sur le corps, dit clairement ce dont l'enfant a besoin pour s'épanouir ou quelle est sa souffrance.

Quand viennent les mots, ceux-ci sont rarement sans présenter de multiples contorsions. Incomprise, la parole est le plus souvent un refuge qui cherche à faire oublier plus de détresse qu'elle n'en révèle. Elle construit un labyrinthe dont l'issue est longue à découvrir.

Par contre, le recours au langage du corps met en évidence les noeuds sans tricherie possible, dans un langage universel, sans frontières, sans masque et sans détour.

Enfin, dans une équipe de thérapeutes comme dans un orchestre, la même grille d'interprétation peut amener chaque intervenant à jouer à l'aide de la même partition, en évitant de contrecarrer ce que l'autre a donné.

Lire aussi:

'Les chaînes, comment cela fonctionne?' <http://ictgds.org/fonctionne/fonctionne.php>

'Godelieve DENYS STRUYF, parcours de l'auteur' <http://ictgds.org/auteur/auteur.php>

(liens/ SiteWeb Institut des Chaînes et Techniques G.D.S., Bruxelles)