

Une lecture des zones du corps

Dans une perception globale de l'humain, nous voyons tous un corps humain, vivant, qui se bouge dans certaines postures, a plus ou moins la forme, sourit ou fait la tête. Et souvent ça s'arrête là consciemment.

Evidement une approche de thérapeute, de policier, de commercial, ou de joueur de poker s'affine. Il est primordial de voir les petits détails qui permettent de comprendre, de démasquer, de trouver les failles ou les trésors méconnus. Dans cette quête faite de sensoriel subtil chacun y accumule une expérience de l'humain, pour le meilleur ou pour le pire, et donc chacun pourrait écrire avec son expérience à lui le chapitre qui suit.

Il existe aussi bien des spécialistes du corps qui essayent de faire le lien entre un vécu émotionnel ou symbolique et une zone du corps : si vous avez mal à ... cela est en lien avec une émotion mal vécue de ... En thérapie il peut être utile de le connaître, parfois cela donne la clé de compréhension et de libération, et à d'autres fois c'est complètement inutile voir parasite.

Le regard thérapeutique sur le physique est mécanique, cela devient une histoire de tonicité et de souplesse, de lignes de force musculaires et articulaires, de circulations et d'irrigation diverses.

Le regard thérapeutique sur l'énergétique est dans la vibration : vibration interne de l'organisme ; vibration dynamique entre cet organisme et les polarités de vie qui l'entourent, typiquement le « ciel » et la « terre », mais c'est bien plus riche que cette vision réduite. Souvent cette facette vivante est conscientisée avec les « émotions ».

Nous allons essayer de synthétiser des éléments d'expérience, de vécu. Il y aurait matière à beaucoup de pages... :



Cœur, péricarde, et cage thoracique

Physique

Le cœur est situé dans le bas de la cage thoracique, à l'avant, légèrement à gauche. Il est entouré d'une enveloppe à deux feuillettes (en simplifiant) qui lui permet de bouger tout en étant maintenu suspendu dans la cage thoracique : le péricarde. C'est l'organe qui fait circuler le fluide essentiel du vivant en nous, le sang. La vraie mort, c'est quand le cœur s'arrête, la vie des tissus devient juste impossible. C'est lui qui pousse le sang vers les poumons pour qu'il se régénère, lui qui pousse ce sang nourricier vers les tissus par les artères, mais lui aussi qui pompe le sang chargé des déchets des tissus vers les poumons à travers les veines.

Le cœur est un des muscles les plus aboutis et les plus endurants de notre corps, pour travailler il a lui-même besoin de beaucoup de sang, dans la société occidentale (le mal se répand aussi ailleurs) une mauvaise hygiène de vie alimentaire ou nerveuse amène à avoir ces tuyaux nutritifs du cœur qui se bouchent, amenant une mort des tissus du cœur.

Par la pratique j'ai été amené à focaliser l'enveloppe du cœur, le péricarde. Très (trop) souvent cette enveloppe semblait chargée, chargée de tensions se retrouvant principalement dans les ficelles qui tiennent le cœur dans la cage thoracique, les ligaments : certains se rattachent au diaphragme, d'autres aux vertèbres, d'autres à l'avant à la base du sternum la xiphoïde ; d'autres attaches viennent sur la trachée, les bronches, l'œsophage.

Quels sont les effets ? Cela fait beaucoup de ficelles attachées dans toute cette zone, si ces attaches se rétractent et tirent c'est toute la zone qui se comprime et se déforme. Le premier effet se verra dans la « sculpture

vivante » du haut du buste. Ensuite cette tension dans son enveloppe finit par avoir un effet néfaste sur le cœur lui-même, mais il faut habituellement du temps, le cœur est vraiment un super muscle ! Cela donne bien des autolimitations, car si se redresser, replacer les dorsales et la cage thoracique veut dire prendre un risque avec un organe aussi vital que le cœur, l'organisme s'autolimitera, heureusement, mais alors il sera insupportable de faire évoluer la situation. Le relâcher du cœur physique dépend en général énormément de la dimension ci-dessous :

Energétique

Le cœur est connu pour être l'organe émotionnel par excellence, tant d'expressions populaires en parlent : « avoir le cœur brisé » d'une rupture, mais heureusement Eros nous « transperce le cœur » de sa flèche d'amour, « notre cœur bat la chamade », nous avons « le cœur amoureux », nous regardons avec « les yeux du cœur », avons « le cœur sur la main », cultivons « la sagesse du cœur », « offrons notre cœur » à notre aimée, qui nous « ouvre son cœur », etc...

Je vous propose d'y trouver différents niveaux d'émotions : l'émotion intime, affective, amoureuse ; mais aussi des niveaux plus profonds d'identité d'être, puis d'identité d'âme spirituelle, qu'il y a-t-il au cœur de votre cœur ?

Il semblerait étonnant d'être en souffrance de l'intime et de ne pas ressentir une forme de charge dans la zone du cœur, j'imagine qu'au fil d'une vie chacun l'a connu ou ressenti. Très concrètement le cœur muscle n'est pas forcément le plus impacté, mais la conscience populaire en parle ainsi. Cette charge énergétique peut idéalement traverser (rappelez-vous : ça rentre, ça vibre, ça sort), mais s'il y a cristallisation elle se retrouve dans les tissus.

En énergétique le cœur est un soleil, soleil de vie qui fait rayonner ses flots de sang dans tout ce qui l'entoure, soleil vibratoire qui pulse sa vibration magnétique, soleil spirituel qui dilate l'aura vibratoire. Pour le meilleur, et pour le pire. Imaginez que lors de son passage dans le cœur le sang soit teinté d'un colorant, ce serait tout le corps, tous les tissus, qui finiraient par prendre cette couleur ; imaginez que le cœur rayonne un champ d'énergie « teinté » (par exemple de désespoir), que se passe-t-il pour la vibration globale d'un être ?

Nous retrouvons avec le péricarde ce que nous avons abordé avec les poumons : les frontières invisibles. Si un enfant est continuellement face à la

souffrance d'un parent, que cela « lui fend le cœur », comment se protéger et anesthésier, mettre à distance ? Il me semble qu'à cet instant le réflexe archaïque, compulsif, est de « blinder » le péricarde pour « bunkeriser » le cœur sensible.

Que se passe-t-il quand les consultants relâchent profondément leur cœur ? Du rose ! Perte du blanc, du jaune, du gris, ou du trop rouge. Mais surtout c'est tout le haut du buste qui se détend, comme si un ressort à l'intérieur se relâchait (les fameuses ficelles). Il y a un retour d'une globalité ; et d'une sérénité, ce qui vient de la source du cœur est harmonisant, profondément harmonisant, peut-être le plus harmonisant qui soit en nous.