

### • *Le genou*

C'est la deuxième articulation de la jambe, celle qui sert à plier, à se plier, à se mettre à genou. C'est l'articulation de l'humilité, de la souplesse intérieure, de la force profonde, à l'opposé du pouvoir extérieur qui donne la rigidité. Il est le signe manifesté de l'allégeance, de l'acceptation, voire de la reddition et de la soumission. Le genou représente la « porte de l'Acceptation » (voir le schéma page 164). Il est le pendant, la continuation de la hanche dont il prolonge la mobilité mais dans le sens inverse. La hanche est une articulation qui ne peut en effet plier que vers l'avant alors que le genou ne peut plier que vers l'arrière. Il signifie donc la capacité à lâcher, à céder, voire à reculer. C'est aussi l'articulation qui fait la bascule entre le Conscient et le Non-Conscient. Il représente ainsi l'Acceptation d'une émotion, d'un ressenti, d'une idée qui émerge du Non-Conscient vers le Conscient, si nous sommes dans le processus de Densification ou bien, à l'inverse, qui va vers ce Non-Conscient depuis le Conscient, si nous sommes dans le processus de Libération (voir le schéma page 164). C'est l'articulation majeure de la relation à l'autre et de notre capacité à accepter ce que cette relation implique comme ouverture, voire comme compromis (je n'ai pas dit compromission). Il est d'ailleurs intéressant de remarquer que « genou » peut aussi s'écrire « je-nous »...

#### *Les maux du genou*

Il est facile de déduire que lorsque nous avons mal à un genou, cela signifie que nous avons de la difficulté à plier, à accepter un vécu particulier. Nous sommes au niveau

des jambes, la tension est donc d'ordre relationnel avec le monde extérieur ou intérieur, avec les autres ou avec soi-même. Les douleurs ou problèmes « mécaniques » aux genoux signifient qu'une émotion, un ressenti, une idée ou une mémoire en rapport avec notre relation au monde ne sont pas acceptés, voire refusés. Il s'agit de quelque chose qui est vécu dans le Conscient et qui bouleverse, chamboule, perturbe nos croyances intérieures et que nous refusons intérieurement. Il peut s'agir, à l'inverse, d'une émotion, d'un ressenti ou d'une mémoire qui émergent du Non-Conscient (message du Maître Intérieur) et que nous avons de la difficulté à « accepter », à intégrer dans notre quotidien, dans notre Conscient car ils y perturbent, bouleversent des « habitudes » ou des croyances reconnues et établies.

Si c'est le genou droit, la tension est en relation avec la symbolique Yin (maternelle). Nous pouvons reprendre ici l'exemple que je citais précédemment de cet homme qui s'était blessé au genou droit au cours d'un match de football, alors qu'il venait de recevoir la lettre de demande de divorce de sa femme, divorce qu'il refusait. Je pense ici aussi à un cas personnel tout aussi significatif. Il y a quelques années, je pratiquais assidûment l'aïkido avec mon professeur de l'époque. Avec quelques amis, nous avions construit, à Paris, un magnifique dojo, pour lequel nous avions sué sang et eau et mis en péril pour certains nos structures familiales et sociales, car cette construction passait avant tout le reste et nous rendait « indisponibles » pour beaucoup d'autres choses. Peu de temps après la fin de cette réalisation, dont nous étions particulièrement fiers, les relations avec la structure que représentait l'association se dégradèrent. Mais au fond de moi, je ne pouvais

accepter les messages qui me venaient en permanence et me montraient que ma route avec elle était terminée. Il m'était trop difficile d'accepter cette idée, après tout ce que j'avais investi en elle, malgré le vécu de « trahison » qui s'associait au reste.

Ce fut mon genou droit qui « lâcha » et m'obligea à arrêter tout, les cours que je donnais mais aussi ceux que je recevais. Une double entorse se fit d'une façon quasiment anodine au cours d'un échauffement d'aïkido, alors que ce genou me faisait déjà souffrir depuis plusieurs semaines. Je ne pouvais pas « entendre » que ma relation avec l'association et sa dynamique « familiale » arrivait à sa fin. Cette tension ajoutée à celles produites dans le milieu familial pendant la construction du dojo m'ont amené jusqu'à l'entorse, tout en ayant dans le même temps un problème de décalage de ma hanche droite (vécu de trahison). Je m'étais « obligé » ainsi à quitter cette association, cette représentation maternelle. Après une réflexion difficile, je finis par comprendre le message. Malgré la « gravité médicale », je pus reprendre rapidement ma pratique ailleurs et mon genou droit s'est parfaitement remis et me permet à nouveau de faire de l'aïkido, même si mon emploi du temps actuel ne va pas toujours dans ce sens.

S'il s'agit du genou gauche, la tension est en relation avec la symbolique Yang (paternelle). Je prendrai comme exemple une jeune femme, Françoise, qui était venue me consulter pour des raisons globales de « mal-être ». Lors de l'entretien que nous eûmes, il ressortit qu'elle souffrait de son genou gauche. À ma question de savoir si elle vivait une tension relationnelle avec un homme, après m'avoir regardé comme si j'étais un sorcier, elle reconnut traverser avec son ami une phase difficile, où elle

n'acceptait plus son comportement à son égard. Je lui expliquais alors la relation qui pouvait exister entre son genou et ses tensions relationnelles avec un homme. Après quelques instants de réflexion, elle s'écria : « Ça alors ! C'est vrai car il y a quelques années, je vivais avec un autre garçon qui m'avait posé le même problème et j'avais eu aussi de fortes douleurs au genou gauche, qui cessèrent peu après que nous nous soyons séparés. » Je lui ai bien entendu proposé de réfléchir au pourquoi elle revivait la même expérience et pourquoi son corps tirait la sonnette d'alarme. Nous pûmes ainsi faire rapidement le point sur son « mal-être ».

#### • *La cheville*

Elle est la troisième et dernière articulation majeure qui donne la mobilité entre le pied et le reste de la jambe. La cheville est l'articulation de la jambe qui lui donne sa finesse de mobilité, notamment quand le pied est fixe, posé au sol, mais aussi dans le mouvement. C'est grâce à elle que nous pouvons « pousser » sur nos appuis au sol (pieds) pour avancer mieux et plus vite. C'est l'autre extrémité de la jambe. La hanche représente l'articulation basique des structures et des repères inconscients de la relation alors que la cheville représente l'articulation finale et extériorisée, c'est-à-dire les repères et appuis conscients de nos relations avec le monde. Elle représente l'articulation de nos positions, de nos croyances reconnues et établies par rapport aux autres et à nous-mêmes. Elle est la « barrière de nos critères de vie » et symbolise enfin la projection de notre capacité à « décider », à engager les décisions et les changements (de positions, de critères) dans notre vie et à nous impliquer dans

les choses. C'est la « porte de l'Implication » (voir le schéma page 164) dans le sens de la décision. La stabilité et la mobilité de nos appuis sur le sol (qui symbolise la réalité) ainsi que leur souplesse et leur douceur dépendant de nos chevilles. Elles vont de ce fait être la projection fidèle de la stabilité, de la rigidité ou de la souplesse de nos positions et de nos critères de vie.

#### *Les maux de chevilles*

Les entorses, les douleurs et les traumatismes aux chevilles vont nous parler de nos difficultés de relations dans le sens où nous manquons de stabilité ou de souplesse par rapport à elles. Elles signifient que nous traversons une phase dans laquelle nos positions, nos critères de vie, la façon avec laquelle nous nous « plaçons » officiellement par rapport à l'autre ne conviennent plus, ne nous satisfont plus et que nous avons de la difficulté à en changer, à « bouger ». Ces positions manquent de souplesse ou de douceur, de stabilité ou de « réalisme ». Nous nous obligeons alors à l'arrêt, car nous ne pouvons plus continuer, avancer dans cette direction. La position que nous avons ou que nous tenons n'est pas bonne et il nous faut changer de point d'appui, de critère dit « objectif » de référence, c'est-à-dire de croyance « extérieure », consciemment admise et reconnue. Les tensions ou les souffrances aux chevilles peuvent signifier aussi que nous avons de la difficulté à décider de quelque chose, à prendre une décision importante dans et pour notre Vie, sans doute parce que celle-là risque de remettre en cause une position actuelle qui nous semble être satisfaisante.

Si la tension se passe au niveau de la cheville droite, elle sera en relation avec la dynamique Yin (maternelle).

Je pense ici particulièrement à un client qui s'appelle Peter. Il était venu me consulter pour des douleurs à la cheville droite dans le talon d'Achille droit. Pratiquant assidu de jogging, cela le gênait énormément et l'empêchait même parfois complètement de se livrer à sa détente préférée. Or, son épouse était quelqu'un d'extrêmement anxieux et nerveux et créait, malgré elle et sans mauvaises intentions, de fortes tensions émotionnelles au sein de toute la famille et notamment avec ses deux filles. Peter avait de plus en plus de difficulté à accepter cette situation et ne savait plus « sur quel pied danser », quelle position prendre avec sa femme pour qu'elle comprenne et puisse se calmer. Parallèlement, il vivait aussi de fortes tensions dans son entreprise. Des restructurations étaient en cours et il ne savait pas quelle attitude adopter par rapport à des changements structurels qui allaient se mettre en place. Les deux axes les plus importants de la dynamique Yin, la femme et l'entreprise, étaient donc en cause, d'une manière ouverte, officielle et reconnue.

S'il s'agit de la cheville gauche, la tension sera en relation avec la symbolique Yang (paternelle). C'est ce qui se passa pour Jacques ou Françoise qui s'étaient tordu la cheville gauche, l'un parce que son supérieur hiérarchique, très âgé, n'arrivait pas à « passer le relais » et qu'il ne savait comment le lui dire, et l'autre parce que son fils se droguait, qu'elle avait beaucoup de difficulté à reconnaître cet état de fait et qu'elle ne savait pas quelle attitude adopter vis-à-vis de lui et du monde extérieur.

#### *• Le pied*

Il s'agit de notre point d'appui sur le sol, la partie sur laquelle tout notre corps repose et se repose pour les

déplacements, les mouvements. C'est lui qui nous permet de « pousser » vers l'avant, et par conséquent d'avancer, mais aussi de bloquer nos appuis et par conséquent de camper sur nos positions. Le pied représente donc le monde des positions, l'extrémité manifestée de notre relation au monde extérieur. Il symbolise nos attitudes, nos positions affirmées et reconnues, le rôle officiel que nous jouons. Ne met-on pas le pied dans la porte pour la bloquer. Il représente nos critères de vie, voire nos idéaux. Il s'agit de la clef symbolique de nos appuis « relationnels », ce qui explique l'importance du rite de lavage des pieds dans toutes les traditions. Cela purifiait notre relation au monde, voire au divin. C'est enfin un symbole de liberté, car il permet le mouvement. Ce n'est d'ailleurs pas par hasard si l'on bandait les pieds des petites filles en Chine. Sous le couvert d'une signification érotique et esthétique, cela permettait en fait d'enfermer, d'emprisonner la femme dans un mode relationnel de dépendance face à l'homme, en limitant son potentiel de mobilité. Le même phénomène existe d'ailleurs dans nos sociétés occidentales où les femmes « devaient » porter des talons aiguilles pour correspondre à un certain schéma. Comme par hasard, on a pu constater que, au fur et à mesure de la « libération » de la femme, la hauteur des talons de ses chaussures diminuait. Aujourd'hui, de plus en plus de femmes, surtout dans les jeunes générations, ne portent plus que des chaussures à talons plats.

#### *Les maux de pied*

Ils expriment les tensions que nous ressentons par rapport à nos positions face au monde. Ils signifient que nos attitudes habituelles, que les positions que nous prenons

ou que nous avons manquent de fiabilité, de stabilité ou de sécurité. Ne dit-on pas d'ailleurs de quelqu'un qui n'est pas tranquille, qui a peur ou qui n'ose pas affirmer ses opinions ou ses positions, qu'il « est dans ses petits souliers » ou, plus trivialement, de quelqu'un qui se retient ou qui est mal dans ses positions du moment, qu'il « se sent à l'étroit dans ses baskets » ? Ne dit-on pas enfin de quelqu'un qui ne sait quelle attitude prendre par rapport à une situation (relationnelle), qu'il ne sait sur quel pied danser ?

Lorsque la tension se manifeste dans le pied droit, elle est en relation avec le Yin (mère) et lorsqu'elle a lieu dans le pied gauche, elle est en relation avec le Yang (père). Je pense ici particulièrement à Judith. Cette enfant âgée de 9 ans me fut amenée en consultation par sa mère car elle souffrait d'une neuroalgodystrophie de la cheville et du pied gauche et le corps médical lui avait prédit qu'elle « finirait » dans un fauteuil roulant. Cette affection osseuse, particulièrement profonde et reconnue d'origine « somatique », est parfois tellement douloureuse qu'elle peut conduire certaines personnes au suicide. Que se passait-il pour Judith ? Elle venait de perdre son père, décédé brutalement. Ce père, pourtant si important, détruisait, dans les derniers temps de sa vie, son image aux yeux de Judith car il « cherchait à régler » certains problèmes dans l'alcool. Face à cela, Judith commença, quinze jours avant la mort de son père, à ressentir des douleurs dans sa cheville gauche. Son père finit par choisir de « partir » complètement et Judith ne sut plus où elle en était ni sur quoi s'appuyer. Plus de père sur qui se « reposer », plus de représentation de la force, d'autant plus que son image avait commencé à se désagréger. Judith fit la même chose

avec sa cheville et son pied gauche qui commencèrent à se déminéraliser. Nous fîmes un travail de dédramatisation puis de reconstruction de la mémoire émotionnelle, ainsi qu'un travail important de rééquilibrage de ses énergies. Devant l'urgence et l'importance de la manifestation, je la confiais parallèlement à un ami médecin homéopathe qui lui établit un traitement reminéralisant de fond ainsi qu'à une amie qui l'aida par un travail d'orthobionomie. Au bout de quinze jours, Judith avait posé ses béquilles et retournait à l'école, à la grande surprise du médecin de contrôle qui eut la « psychologie » de l'accuser de simulation, car il était impossible sinon qu'elle puisse remarquer ! Il me fallut deux séances supplémentaires pour stopper la récidive qui démarrait suite à une telle attitude « négative » venant à nouveau d'une personne censée représenter « l'autorité » (symbolique paternelle).

#### • Les orteils

Ce sont les doigts des pieds et ils représentent les terminaisons « fines » de ces points d'appui. Ils sont les « détails », les « finitions » de ceux-là et par conséquent les terminaisons de nos positions, les détails de nos croyances ou les ponctuations de nos attitudes relationnelles. Chaque orteil représente à son tour un détail particulier, un mode ou une phase spécifique que l'on décode grâce au méridien énergétique qui se termine ou qui débute dans l'orteil concerné. En tant qu'élément périphérique et de finition de la relation, il permet facilement à l'individu de se servir de lui comme moyen de *feedback*, de rétroaction. Grâce à chacun des orteils et aux points énergétiques qui sont à leur extrémité, l'individu

peut stimuler ou évacuer inconsciemment mais efficacement les éventuelles tensions qui s'y trouvent. Les orteils sont, de ce fait, comme les doigts des mains, à la fois les lieux et les moyens privilégiés de multiples petits actes « manqués » quotidiens qui nous semblent hasardeux et sans signification. Mais ce n'est en fait jamais par hasard que nous nous brûlons, écrasons ou tordons tel ou tel orteil. Il s'agit à chaque fois d'un processus « léger » mais net d'une recherche d'expression ou/et d'évacuation d'une tension relationnelle. Ce processus peut exister car le point énergétique qui est à l'extrémité de chacun des orteils s'appelle le « point source » ou « point du Printemps ». C'est le point de la renaissance potentielle de l'énergie, grâce à laquelle une nouvelle dynamique peut apparaître ou par laquelle l'ancienne peut se « ressourcer » et changer de polarité.

#### *Les maux des orteils*

Je vais présenter ici simplement la signification globale de chacun des orteils et des souffrances qui vont s'y exprimer. Pour comprendre plus en détail toute la dynamique qui se situe derrière cela, il suffit de se reporter dans cet ouvrage à la partie qui concerne le méridien énergétique précis qui arrive dans l'orteil concerné et auquel il implique sa dynamique générale. Si la tension se manifeste dans un orteil du pied droit, elle est en relation avec la symbolique Yin (maternelle); dans un orteil du pied gauche, avec la symbolique Yang (paternelle).

#### *Le gros orteil (le « pouce » du pied)*

C'est le seul orteil du pied dans lequel débute deux méridiens énergétiques, ceux de la Rate-Pancréas et du

Foie. C'est l'orteil de base de notre appui relationnel, de ce que nous sommes. C'est pour cette raison que lors de la ménopause (perte de la fécondité donc de la valeur féminine) se développe fréquemment une déformation de cet orteil qui s'appelle *hallux valgus*. Les traumatismes ou les tensions sur cet orteil signifient que nous ressentons une tension équivalente dans notre relation au monde, que ce soit sur le plan matériel (côté interne du pied) ou affectif (côté externe du pied).

#### *Le deuxième orteil (l'« index » du pied)*

C'est l'orteil dans lequel arrive le méridien de l'Estomac, c'est-à-dire celui qui gère notre rapport à la matière, notre digestion de cette matière. Les ampoules, durillons, maux ou traumatismes à ce doigt de pied vont nous parler de notre difficulté à gérer certaines situations matérielles ou professionnelles.

#### *Le troisième orteil (le « majeur » du pied)*

Il n'y a pas de méridien organique dans cet orteil mais il est en relation « indirecte » avec le Triple Foyer. C'est donc l'orteil central, celui de l'équilibre et de la cohérence de nos attitudes relationnelles. Les maux de cet orteil signifient donc que nous avons de la difficulté à équilibrer nos relations et ce en particulier en termes d'avenir. La peur d'aller plus en avant et d'une façon juste peut s'exprimer par cet orteil.

#### *Le quatrième orteil (l'« annulaire » du pied)*

C'est l'orteil dans lequel arrive le méridien de la Vésicule Biliaire. Il représente les détails de nos relations avec le monde, dans le sens du juste et de l'injuste, de la

recherche de la perfection. Lorsque nous avons des tensions, des crampes ou des souffrances dans cet orteil, cela signifie que nous vivons une situation relationnelle difficile en termes de juste ou d'injuste. Il s'agit d'une relation qui ne nous satisfait pas au niveau des conditions et de la qualité de ces conditions.

#### *Le petit orteil (le petit doigt de pied)*

Le petit doigt de pied est l'orteil dans lequel se termine le méridien de la Vessie. C'est le méridien de l'évacuation des liquides organiques et des « vieilles mémoires ». Lorsque nous nous cognons sur cet orteil, ce qui est extrêmement douloureux, nous cherchons à éliminer des vieilles mémoires ou d'anciens schémas relationnels. Nous essayons de changer sans doute des habitudes anciennes, des modes de relation au monde et à l'autre qui ne nous satisfont plus. Par le traumatisme ou la souffrance (corps, blessure, entorse, etc.), nous stimulons nos énergies pour faciliter cette évacuation des anciens modes afin de pouvoir les remplacer par d'autres.

#### • *La cuisse, le fémur*

La cuisse se situe entre la hanche et le genou. Nous avons vu précédemment plus en détail ce que représentent ces deux articulations. Rappelons simplement ici que la hanche et le bassin sont la représentation de l'inconscient relationnel. Ils représentent la « porte du Non-Conscient », que je qualifie de « Porte de l'Intégration » le point d'émergence, la résurgence de notre Non-Conscient dans son rapport relationnel au monde et aux êtres (dont nous-mêmes). Le genou est, quant à lui, la « porte, la barrière de l'acceptation ». La cuisse, bâtie

autour du fémur, représente ce qui est entre les deux et qui les relie. Il peut s'agir de la projection de la phase de passage des mémoires, des peurs ou des désirs, du Non-Conscient vers le Conscient. Nous sommes alors dans le processus de Densification (voir schéma p. 164), au moment qui précède leur acceptation consciente. Mais ce peut être aussi le passage du Conscient vers le Non-Conscient. Nous sommes alors dans le processus de libération, au moment qui suit leur acceptation consciente et qui précède la non consciente.

#### *Les maux de la cuisse et du fémur*

Les mémoires ou les blessures inconscientes profondes d'un individu qui remontent à la surface et qu'il refuse d'accepter vont se manifester par des tensions dans la cuisse (point douloureux, crampe, point de sciatique localisé, etc.), voire même une fracture du fémur, lorsque le souvenir, la mémoire qui apparaît à la surface est trop forte ou bouleverse la structure (os) des croyances personnelles ou des choix de vie de la personne.

Dans le sens inverse, il peut s'agir de vécus et d'expériences que l'individu a acceptés dans son Conscient, dans son mental, mais qu'il ne peut pas ou n'est pas encore prêt à accepter au fond de lui-même. Cela peut être le cas de quelqu'un qui a dû céder sur quelque chose qu'il considérait comme important pour lui (promotion sociale, travail, maison, pays par exemple) et qu'il a compris et accepté dans son mental. Cependant au plus profond de lui-même, il ne l'accepte pas. Malgré toutes les raisons logiques qui lui ont permis de comprendre les choses, il refuse de les intégrer. Si la douleur ou le traumatisme se situent dans le fémur, cela signifie que la tension

est liée à la structure profonde, aux croyances et aux valeurs inconscientes de la personne. Si, en revanche, cela se situe dans la cuisse, les muscles, nous sommes en présence d'une manifestation moins « grave » car moins ancrée dans la structure.

Si la tension, la douleur ou la fracture se trouvent dans la cuisse droite, il va s'agir de quelque chose en relation avec le Yin, la symbolique maternelle, et toutes ses représentations. Je pense par exemple au cas précis d'un ami qui devait absolument, pour des raisons économiques, vendre sa maison. Il savait que c'était nécessaire, voire obligatoire. Cette nécessité était claire dans sa tête et il en avait accepté mentalement toutes les raisons, dont il convenait à loisir lorsque nous en parlions. Le seul problème était que, depuis plusieurs années, il hébergeait sa mère dans une partie de cette maison et qu'il lui était absolument inconcevable d'accepter ne serait-ce que l'idée de lui dire qu'il allait, lui, devoir vendre et elle partir. Il expulsait sa tension par des douleurs répétées et parfois violentes qui voyageaient entre sa fesse droite, sa cuisse droite et son genou droit, selon son état psychologique et son degré d'acceptation intérieure.

Si, en revanche, la tension, la douleur ou la fracture se situent dans la cuisse gauche, elles seront en relation avec le Yang, la symbolique paternelle, et toutes ses représentations. Ce fut le cas de Pascal. Enfant, il se fractura le fémur gauche à l'âge de 16 mois. Les circonstances de l'époque n'étant pas suffisamment claires dans les mémoires, il est difficile de déterminer ce qu'il y eut derrière cette fracture, très rare à cet âge-là. Il perdit son père plusieurs années après, dans un accident de la circulation. Il refusa alors de « voir » les choses et eut un

grave problème à l'œil gauche qui disparut pratiquement du jour au lendemain, lorsqu'il fut décidé par les médecins de l'opérer pour « voir ce qu'il y avait », car les examens ne montraient aucune pathologie ou lésion. Son rapport à toute la symbolique paternelle, à savoir la hiérarchie, l'autorité et son propre positionnement en tant qu'homme, se trouva inconsciemment affecté par cette disparition. Quelques années plus tard, alors qu'il vivait une situation difficile d'échec affectif dans sa vie d'homme, il se fracturait à nouveau le fémur gauche, dans un accident de la circulation qu'il eut tout seul. Cet accident « amena » sa famille à découvrir la profondeur de sa détresse qu'il ne pouvait ni exprimer, ni reconnaître, ni admettre lui-même. La mémoire émotionnelle qui émergeait était trop forte pour être « reconnue », d'où la fracture du fémur. Vivant au jour le jour, il laissait sa vie dériver progressivement, semblant obéir à une programmation intérieure suicidaire déjà bien engagée. Arrivé au « bout du chemin », il finit par accepter d'aller dans un centre de repos afin d'arrêter cette dynamique et pouvoir tenter de se reconstruire. Tout bascula dans sa vie ce jour-là. Il rencontra en effet celle qui allait devenir sa femme et lui redonner son image d'homme. Il avait 34 ans et demi, exactement l'âge auquel son père disparut...

• *Le mollet, le tibia et le péroné*

Ils se situent entre le genou et la cheville. Nous avons vu que le genou représente la porte de l'Acceptation. La cheville est, quant à elle, la porte de la Décision, c'est-à-dire le point de passage dans le monde des positions et du réel acquis. Lorsque nous avons une nouvelle idée qui

vient du fond de nos mémoires (Non-Conscient) et que nous l'avons acceptée (genou), nous devons l'intégrer dans nos concepts conscients de relation au monde, dans nos critères de vie ou dans notre idéal de vie. Si cette intégration est difficile, nous allons avoir des tensions, des souffrances, des crampes dans nos mollets, ou une fracture du tibia et/ou du péroné. Nous sommes dans l'endroit du corps qui précède ou suit le pied, selon le sens de circulation des énergies que nous choisissons (Densification ou Libération). Ce peut être la phase de passage des mémoires, peurs, désirs ou vécus, du Non-Conscient vers le Conscient (sens genou vers pied). Nous sommes alors dans le processus de Densification, au moment qui suit l'Acceptation consciente et précède leur Intégration dans le réel (cheville, pied). Mais il peut s'agir aussi du passage du Conscient vers le Non-Conscient (sens pied vers genou). Nous sommes, dans ce cas-là, dans le processus de Libération, au moment qui précède leur Acceptation non consciente et qui suit leur Acceptation dans le réel.

*Les maux du mollet, du tibia ou du péroné*

Ils vont nous parler de notre difficulté à accepter les changements que notre vécu peut parfois imposer dans nos critères extérieurs de vie. Notre difficulté à changer d'opinion ou de position sur un point de vue habituel de notre relation au monde peut se manifester par une douleur dans cette région de la jambe, voire aller jusqu'à la fracture. Elle se produit lorsque la tension est trop forte et que nos positions sont tellement ancrées, plantées dans le sol, qu'elles ne peuvent admettre la torsion imposée par l'extérieur. C'est alors le tibia ou le péroné, voire les

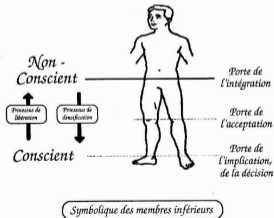


deux, qui « lâche ». Mais la simple « raideur » du mollet signifie déjà que nous avons de la difficulté à « bouger », à donner à la cheville et au pied la possibilité de jouer leur rôle de mobilité, de potentiel de changement de point d'appui dans la vie. C'est de cette difficulté, par exemple, dont nous parlent les points de sciatique qui se manifestent dans cette partie de la jambe. Il s'agit bien entendu toujours là d'une sciatique, avec toute sa signification de base, mais avec en plus la finesse de l'expression par le mollet.

Si la tension se manifeste dans le mollet gauche, elle est en relation avec la dynamique Yang (père). Je pense ici à Clotilde. Cette personne, qui suivait certains de mes stages de développement personnel, était venue me consulter pour un problème de sciatique dans la jambe gauche, douloureusement ressentie en particulier dans son mollet gauche. Ayant déjà travaillé avec moi, il lui fut « facile » d'arriver rapidement à la « torsion » qu'elle n'acceptait pas dans sa vie et qui cherchait à se libérer ainsi. Son actuel patron, chef d'une PME et véritable caricature paternaliste, était en train de « l'obliger » à changer sa façon de travailler et de la contraindre à former quelqu'un pour l'assister alors que, pour de multiples raisons (et peurs), elle était farouchement autonome, voire solitaire. La tension se libéra en une séance mais se transporta pratiquement aussitôt vers sa cuisse et sa hanche, car elle s'aperçut que son patron cherchait ainsi à la trahir; il voulait en fait la remplacer par l'autre personne qui lui semblait plus facile à « manier ». Nous dûmes aussi faire un travail de libération de cette hanche, tant sur le plan physique, bien entendu, que psychologique.

Si la tension se manifeste dans le mollet droit, elle est

en rapport avec la dynamique Yin (mère). Je pense ici au cas de Claudine qui m'avait déjà consulté pour d'autres problèmes et qui est venue récemment me voir pour une tension de type sciatique dans la jambe droite et en particulier sur un trajet en dessous du genou. Je lui expliquai, tout en travaillant sur son corps et ses énergies, la signification potentielle de cette douleur. Elle se mit tout à coup à pleurer doucement et m'expliqua qu'elle vivait effectivement une situation difficile à son travail. Elle devait prendre une décision importante pour sa carrière, avec des pressions non négligeables de son entreprise (mère). Cette décision lui était cependant très difficile à accepter et par conséquent à prendre, car elle allait devoir abandonner, du fait de cette décision, quelqu'un qu'elle « protégeait » et qui risquait de beaucoup « souffrir » de son « départ ».



Nous pouvons imaginer et résumer tout ce qui concerne la partie « basse » de notre corps, nos jambes, dans le schéma qui suit. Il nous permet de visualiser d'une façon simple ce qui s'y passe et comment.

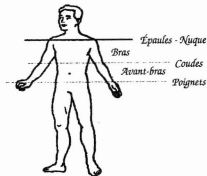
Chaque fois que nous vivons des tensions dans cette partie inférieure, celles-ci sont le signe que, dans notre rapport à la relation à l'autre (désir, volonté, impossibilité, incapacité, peur, etc.) ou à nous-mêmes, nous vivons une tension équivalente, liée soit à notre incapacité supposée, soit à une incapacitation venant de l'extérieur. Nous sommes en face d'une attitude, d'un rôle ou d'une position, dans laquelle nous ne pouvons, ne savons ou n'arrivons pas à *être*.

Nous allons maintenant passer à la partie haute du corps qui comprend les bras et les épaules, mais aussi la nuque.

#### □ Les membres supérieurs

Attachés au buste au niveau des épaules, ils nous permettent de toucher, de saisir, de prendre. Ils nous servent aussi à rejeter, entourer, serrer, étouffer ou emprisonner. Ils nous permettent finalement d'agir; ce sont les vecteurs de l'action. Qui dit action, dit maîtrise, puissance et pouvoir. Les bras sont, de ce fait, ce qui nous donne la possibilité d'agir sur les autres ou les choses, voire même de les juger (bras séculier) ou de trancher, donc, par extension, de choisir. On peut, enfin, grâce à eux, protéger, défendre et se défendre. En tant que vecteurs de l'action et du choix, ce sont eux qui permettent de passer du conceptuel au réel, au « *faire* ». Par leur intermédiaire, « *l'être* » peut s'exprimer par le « *faire* », le conceptuel peut passer dans le réel, le Yang peut se manifester dans

le Yin. Comme les jambes, les bras comportent deux parties, le bras (biceps et humérus) et l'avant-bras (radius et cubitus), séparées par trois articulations principales, l'épaule, le coude et le poignet. Ils sont enfin terminés par une pièce maîtresse, la main.



#### Les membres supérieurs

##### Les maux des membres supérieurs

Les douleurs, les blessures ou les tensions que nous avons dans les bras sont le signe que nous vivons des tensions dans notre volonté d'action sur le monde extérieur ou intérieur. Elles nous parlent de notre difficulté à agir sur quelque chose ou quelqu'un, à faire ou à choisir quelque chose. Un désir d'agir, de maîtriser ou de contrôler qui ne pourra pas se réaliser s'exprimera dans ces tensions qui peuvent, comme pour les jambes, aller jusqu'à la rupture, c'est-à-dire la fracture. Ces maux des bras peuvent aussi signifier que nous avons de la difficulté à

faire passer dans le réel, après avoir choisi, bien entendu, des idées, des projets ou des concepts qui nous tiennent à cœur. Selon le point précis du bras, de l'épaule, de l'avant-bras, du poignet, etc., où se manifestera la tension, nous aurons une information plus détaillée sur ce qui nous « empêche », selon nous, d'agir. Nos bras peuvent enfin « nous parler » de notre rapport au pouvoir et à la possession et, par conséquent, de notre capacité à « lâcher » les choses ou non.

Nous allons, comme pour les jambes, étudier d'abord les axes articulaires puis ensuite le bras, l'avant-bras et la main, en laissant une place un peu particulière à la nuque.

#### • *L'épaule*

Elle est, pour le bras, l'équivalent de la hanche pour la jambe. C'est l'articulation basique, le point d'ancrage, l'axe premier du bras. Elle représente les axes conceptuels profonds de notre capacité et de notre volonté d'action et de maîtrise. Nos épaules portent la trame inconsciente de notre rapport à cette action et à cette volonté de maîtrise sur le monde. La capacité à agir, la « volonté volontaire », les préjugés, les intentions appartiennent à la symbolique de l'épaule. Tout ce qui touche à nos désirs profonds d'action sur quelque chose ou quelqu'un aura donc une relation somatique directe avec elle. Comme la hanche, l'épaule est la porte de l'Intégration, la porte du Non-Conscient (voir schéma page 187), mais ici dans le rapport à l'action, alors que pour la hanche il s'agit du rapport à la relation. C'est à ce niveau que les désirs et les volontés d'agir émergent, sortent, pour s'exprimer dans le réel.

Cette image de « porte » est ici amusante car l'os qui relie la pointe de l'épaule à la poitrine (sternum) s'appelle la clavicule, du latin *clavicula*, « petite clé ». Or, le point d'attache de la clavicule au sternum se situe juste sous le Chakra de la gorge, qui est celui de l'expression de soi. Cette remarque prend encore plus d'intérêt lorsque l'on réfléchit au fait que le seul moyen d'expression de l'homme dans son incarnation est justement le *faire*, l'action, dont les épaules sont la porte.

#### *Les maux de l'épaule*

Les tensions que nous ressentons dans les épaules (pointe de l'épaule, trapèzes, clavicules, omoplates, etc.) vont nous parler de notre difficulté à agir. Elles signifient que nous rencontrons ou ressentons des freins à nos désirs d'action, notamment en termes de moyens. C'est-à-dire que nous nous sentons « empêchés », non pas par manque de capacité mais par manque d'assistance ou par opposition extérieures. Nous pensons que le monde extérieur (ou notre propre censure) nous empêche, ne nous permet pas, ne nous donne pas les moyens ou bien ne nous autorise pas à agir. Les énergies ne peuvent donc pas passer dans les bras et se bloquent dans nos épaules. Ce ne sont pas les « cérébraux », qui pensent beaucoup et agissent peu, qui me contrediraient car ils ont pour la plupart les trapèzes très douloureux.

S'il s'agit de l'épaule gauche, la tension est en relation avec la symbolique Yang (paternelle) et s'il s'agit de l'épaule droite, elle est en relation avec la dynamique Yin (maternelle). Je pense ici particulièrement à Andrée qui était venue me consulter pour des problèmes de douleurs très importantes à l'épaule droite. Or, elle traversait une

période très difficile à cause de sa fille. Celle-là, assez insouciance, dirons-nous, avait créé une salle de gymnastique et de danse pour laquelle elle avait demandé le soutien et la caution financière de sa mère. Malheureusement, insouciance et crise économique ont vite amené la salle à connaître de sérieuses difficultés. Andrée, qui voulait récupérer ou du moins protéger ses fonds, souhaitait depuis plusieurs mois que sa fille arrête cette activité. Mais elle ne pouvait légalement rien faire, n'étant pas la gérante. Elle n'arrivait pas non plus à « agir » sur sa fille, c'est-à-dire à l'obliger à cesser ses activités. Elle se sentait donc « bloquée » et ne pouvait rien entreprendre car le monde extérieur (législation, contrats, sa fille) l'en empêchait, ne lui permettait pas de le faire. Entreprise, lois, contrats et fille (dynamique Yin) plus impossibilité, empêchement d'agir (épaule), tout était bien réuni pour que l'épaule droite se bloque et fasse souffrir Andrée, lui exprimant ainsi « clairement » le message et lui permettant dans le même temps d'évacuer la tension sous forme de douleur.

#### • Le coude

Deuxième articulation reliée à l'épaule par le bras, le coude représente l'équivalent du genou. Il s'agit aussi de l'articulation qui plie, qui lâche, qui cède. Il donne au bras la possibilité d'une mobilité multidirectionnelle en élargissant celle-là vers tous les axes de l'horizontalité et de la verticalité, sauf vers l'arrière, à l'inverse du genou. La difficulté de lâcher face à une volonté d'action trop rigide se ressentira sur cette articulation. Le coude représente la porte de l'Acceptation (voir schéma page 187) par rapport à l'action. Il s'agit aussi de l'articulation qui

fait la bascule entre le Conscient et le Non-Conscient, soit dans le sens de la Densification (du Non-Conscient vers le Conscient) soit dans le sens de la Libération (du Conscient vers le Non-Conscient). C'est à ce niveau que se font les bascules de nos ressentis, émotions ou idées d'action, à la condition de leur Acceptation.

#### *Les maux du coude*

Lorsque nous avons mal à un coude, cela signifie que nous avons de la difficulté à accepter un vécu, une situation. Étant au niveau du bras, cette tension est nécessairement en rapport avec l'action, la *faire*. Il se passe donc quelque chose ou quelqu'un fait quelque chose que nous refusons, que nous avons de la difficulté à admettre ou que nous n'acceptons que contraints ou forcés. Ce peut être aussi quelque chose que nous devons effectuer, malgré nous, ou que nous aurions préféré faire autrement ou ne pas avoir à faire. Les tensions au coude nous disent aussi que la façon d'agir, la nôtre ou celle des autres, ne nous convient pas, perturbe nos habitudes d'action, nos croyances ou nos certitudes par rapport à elles.

Si la douleur ou le traumatisme se manifestent dans le coude droit, ils sont en relation avec la symbolique Yin (maternelle) et s'ils se passent dans le coude gauche, avec la symbolique Yang (paternelle). L'exemple qui me vient ici à l'esprit est celui d'Hervé qui était venu me consulter pour des problèmes de douleurs aux épaules et aux biceps. Il s'avéra que pratiquement tout le côté gauche de son corps était douloureux, tendu. Opéré des glandes salivaires gauches peu après son arrivée en France, il avait toujours tendance à se cogner ou à se blesser du côté gauche depuis cette période qui date de plus de vingt ans.

Au moment de sa visite, il souffrait particulièrement de ses épaules, puis, me dit-il, « maintenant c'est descendu » dans les deux coudes avec une légère dominante à gauche. Or, la vie d'Hervé avait basculé au moment des événements de l'indépendance d'Algérie. À cette époque, son père avait été enlevé et avait mystérieusement disparu. Il n'a, depuis, plus jamais eu de nouvelles de lui et ne peut que supposer sa mort. Quelques mois plus tard, ses glandes salivaires gauches commençaient à se scléroser. Malgré de nombreux traitements, il en arriva au point où il fallut l'opérer. L'opération « réussit » parfaitement. Seulement, il n'avait pas « avalé » ce qui s'était passé et le côté gauche de son corps continuait à tirer la sonnette d'alarme et à essayer de lui communiquer sa souffrance. Mais l'homme doit être fort, alors il n'exprime pas celle-là. Toujours est-il qu'Hervé n'avait toujours pas accepté ce qui s'était passé, ce qui avait été fait et qu'il en restait fragilisé. Il s'avère qu'il est confronté aujourd'hui à des problèmes et à des contraintes d'action dans son environnement professionnel qu'il a de la difficulté à accepter. Ses épaules, ses biceps puis ses coudes se sont manifestés très douloureusement, lui indiquant ainsi son ressenti de blocage par rapport à l'action, avec une dominante du côté gauche qui lui montre que sa blessure « paternelle » n'est sans doute pas cicatrisée.

#### • Le poignet

Il est l'articulation de la mobilité complète. Il est relié au coude par l'avant-bras et permet à la main, vecteur final de l'action, de se mouvoir dans tous les axes de l'espace. C'est à son niveau que la main s'attache au bras, lui donnant toute sa mobilité potentielle. C'est lui qui fait

le lien entre ce qui transmet l'action (bras) et ce qui la fait (main). Il représente la porte du Choix, la porte de l'Implication (voir schéma page 187), comme la cheville, mais cette fois-là dans le monde de l'action. Dans l'exécution d'une action, le bras est le vecteur premier et de transmission, alors que la main est le vecteur final et de réalisation. Le poignet permet la liaison entre les deux en donnant à la main une mobilité totale, une souplesse et une précision directionnelle qu'elle ne pourrait pas avoir. Il est donc celui qui permet la mobilité, la souplesse, la « rondeur » de nos actions et de nos opinions et il est la projection de ces mêmes qualités par rapport à notre volonté et à notre recherche de pouvoir sur les choses et les êtres. C'est l'articulation consciente de nos repères à l'action et à la maîtrise, de l'expression manifestée de notre volonté, alors que l'épaule représente l'articulation inconsciente de ces mêmes repères.

#### *Les maux du poignet*

Les entorses, les douleurs ou les traumatismes des poignets nous parlent de nos tensions, de notre manque de souplesse ou de sécurité dans nos actes ou nos désirs d'agir ou dans nos opinions. Elles signifient que notre rapport à l'action, que ce que nous faisons, manque de sécurité, de solidité. Nous durcissons alors nos poignets dans le but de les rendre plus « solides ». Les tensions nous parlent aussi de notre rigidité dans l'action, c'est-à-dire de notre recherche de pouvoir sur le monde extérieur (les objets, la matière ou les êtres) et sur nous-mêmes. Lorsque nous nous empêchons de *faire*, que nous ne nous en donnons pas la possibilité, nos poignets (et nos mains) vont se tendre et souffrir. C'est à eux que

l'on enchaîne les prisonniers que l'on veut empêcher d'agir (alors que c'est aux pieds quand on veut les empêcher de fuir). Mais de la même manière, lorsque nous voulons trop faire, lorsque nous sommes volontaristes ou excessivement directifs et que l'action ne passe que par la volonté et en force, nos poignets vont manifester leur opposition et calmer cette volonté excessive et cet emploi de la force en étant douloureux. Notre Maître Intérieur nous oblige ainsi à nous calmer!

Si la douleur, le traumatisme ou la tension, se manifeste dans le poignet droit, elle est en relation avec le Yin (symbolique maternelle) et dans le poignet gauche avec le Yang (symbolique paternelle). C'est ce qui m'est arrivé il y a plusieurs années, alors que je pratiquais l'aïkido depuis trois ans. D'un caractère très volontariste, j'avais une tendance certaine dans ma pratique à vouloir passer en force, à reproduire dans le physique le type de rapport mental que j'avais avec la vie. Or, il était clair que la pratique régulière et assidue que j'avais de l'aïkido me donnait et allait me donner progressivement de plus en plus de puissance personnelle sur le monde extérieur. Le risque se profilait à l'horizon que cette puissance associée à mon type de volonté allait produire un cocktail d'autant plus dangereux qu'il n'était pas intentionnel, celui d'une puissance non maîtrisée. Mon Maître Intérieur devait veiller car au cours d'un stage d'aïkido dans l'Aveyron, mes poignets devinrent chaque jour de plus en plus douloureux, au point de ne plus pouvoir tenir ou « serrer » le partenaire dans les exercices. Je n'eus plus le choix et je dus « lâcher » ou plutôt relâcher ma saisie, ma façon de tenir le monde, et dans ce cas précis mes partenaires. Je ne compris pas le message tout de suite et fus très peiné par

ce handicap injuste contre lequel je me révoltais. Pendant deux ans, je dus me bander les poignets avant les cours et dans ma pratique professionnelle, je dus travailler en tenant compte de la douleur. Elle m'obligea, de force, à changer d'attitude et de façon de travailler. Au bout de ce temps-là, je compris un jour combien ma relation au monde avait été mentalisée et volontariste. À partir de ce jour-là, je n'eus plus jamais mal aux poignets, bien que ceux-ci travaillaient toute la journée et parfois même de façon intensive (séminaires, stages, consultations, massages, etc.).

#### • *La main*

Elle est, comme le pied pour la jambe, la pièce « maîtresse » du bras. C'est en effet l'extrémité de ce bras, sur laquelle repose toute l'action dont la réalisation finale ne serait pas possible. Elle représente le stade final par lequel les actes se réalisent ainsi que leur finition et leur finesse. Le mot « main » a d'ailleurs la même origine que les mots « manifestation, manifesté ». La main représente à un tel point le passage du conceptuel dans le réel, de l'idée dans la réalité, qu'elle sert aussi à « parler », à communiquer. C'est non seulement vrai pour les muets, mais aussi dans de nombreuses cultures. La gestuelle des mains est d'ailleurs bien souvent plus puissante et marquante que les paroles. De nombreuses études ont pu démontrer son importance dans ce qui s'appelle la communication non verbale. Ce type de communication est le premier que nous connaissons et expérimentons dans notre vie. En effet, la relation entre la mère et l'enfant, les échanges et les signes de reconnaissance et d'affect se font par le toucher et par la main. Elle est donc un vecteur de transmis-

sion et de communication. Elle permet de donner et de recevoir. Elle peut aussi toucher et sentir et même aller jusqu'à remplacer l'œil. C'est donc également un vecteur de perception. C'est par les mains que l'on perçoit ou transmet les énergies. L'imposition des mains est religieuse, thérapeutique, pacifiante. La paume et chacun des doigts sont les émetteurs et les capteurs de nos énergies. Dans chacun des doigts commence ou finit d'ailleurs un méridien d'acupuncture. Il détermine, par le type d'énergie qu'il véhicule, le rôle du doigt auquel il est attaché. Nous le verrons plus loin avec chaque doigt.

Mais en tant que support final de l'action, elle est aussi le vecteur du pouvoir et un symbole de puissance. Dans de nombreuses cultures, elle représente le pouvoir royal et même divin (être dans la main de Dieu). La main permet en effet de saisir, de tenir, de serrer, d'emprisonner ou d'écraser. La façon de serrer la main est d'ailleurs très significative de la manière avec laquelle les personnes envisagent la relation avec celui qu'ils saluent. Les personnes qui abandonnent leur volonté de pouvoir sur l'autre se donnent la main. Nous retrouvons donc pour la main la plupart des rôles, symboliques ou non, qui correspondent au bras. La différence réside dans le fait que la main agit au stade final alors que le bras transmet. Nous pouvons comparer symboliquement le bras entier à une flèche. La main en est la pointe alors que le bras en est la hampe. Le mouvement de la flèche est transmis par la hampe (le bras) mais c'est la pointe (la main) qui assure sa pénétration dans la cible.

### *Les maux de la main*

Ils vont nous parler de notre rapport à l'action manifestée sur le monde extérieur. Tensions, douleurs, souffrances des mains signifient que notre rapport à ce monde extérieur est un rapport de maîtrise, de pouvoir, de possession ou d'avidité. Nous voulons trop tenir, serrer, maîtriser les choses ou les individus, que ce soit par volonté de domination ou par peur. La main qui se ferme est celle qui retient, qui a peur que les choses lui échappent ou qui se défend ou attaque et veut frapper (poing fermé).

Pourtant, ainsi que je l'explique parfois à certains de mes patients, la vie, et tout ce qui s'y passe, peut être symbolisée par une poignée de sable. Si nous voulons l'avoir et la conserver, il nous faut garder la main ouverte, car si nous la refermons pour serrer ce sable, pour le tenir, le garder, il s'échappe alors par tous ses interstices. La main pacifique ou qui accueille est toujours ouverte, alors que la main qui lutte, qui crie vengeance ou qui menace est toujours fermée. Mains et poignets sont très liés et leurs souffrances souvent conjointes sont significatives d'une difficulté majeure à lâcher prise sur le monde, sur la volonté, la maîtrise, la possession ou le pouvoir sur ce monde.

Je pense ici particulièrement au cas de Dominique. Cette femme d'une quarantaine d'années est atteinte d'une forme particulière de rhumatisme qui s'appelle la polyarthrite évolutive. Généreuse et passionnée, elle a un rapport au monde qui est de pouvoir inconscient très développé. En lutte permanente avec la vie et les personnes, elle régente et dirige sans s'en rendre compte tout ce qui existe autour d'elle. Sa générosité naturelle le

facilite et fait que ceux qui l'entourent s'accommodent, chacun à leur manière, de cette attitude caractérielle. Elle s'est choisi un mari qui convient, fort extérieurement et musculairement mais fragile dans le rapport à l'action et à la volonté. Elle se trouve donc « obligée » d'agir, de faire, de diriger et d'être volontaire pour lui puisque, pense-t-elle, « il n'en est pas capable ». Cette relation au pouvoir n'est cependant pas bien vécue au fond d'elle-même et l'amène à se déclencher ce rhumatisme particulier aux deux poignets puis aux deux mains. Je dis que ce rhumatisme est particulier car il est tout d'abord évolutif ; on ne sait pas l'arrêter (*sur lui, on ne peut pas avoir de pouvoir*). Il l'est aussi car c'est une affection dite « auto-immune », c'est-à-dire une affection dans laquelle l'organisme se détruit lui-même car il ne reconnaît plus certaines de ses cellules propres, qu'il perçoit alors comme des cellules « ennemies »... Pourquoi l'organisme de Dominique croit-il que les cellules de ses poignets et de ses mains sont des ennemies ? Leur usage pervers vers le pouvoir en ferait-il des parties du corps devenues nuisibles en ce sens qu'elles permettent à cette femme des comportements eux aussi nuisibles pour sa vie, sa stabilité, son bonheur et la réalisation de son Chemin de Vie ? Cet usage serait-il nuisible à la réalisation de sa Légende Personnelle ? Elle a, je crois, tous les éléments pour y réfléchir, de préférence vite, car d'autres parties de son corps commencent à être sérieusement touchées, alors que ses poignets et ses mains ont déjà été opérés de nombreuses fois.

#### • Les doigts

Ils représentent les terminaisons « fines » des mains. Ils sont leurs « détails » et par conséquent les terminaisons de nos actes, les détails de nos actions ou de nos façons d'agir. Chacun représente à son tour un détail particulier, un mode ou une phase spécifique que l'on décode grâce au méridien énergétique qui se termine ou qui débute dans le doigt concerné. En tant qu'élément périphérique et de finition de l'action, il permet facilement à l'individu de s'en servir comme moyen de *feed-back*, de rétroaction. Grâce à chacun des doigts et aux points énergétiques qui sont à leur extrémité, nous pouvons stimuler ou évacuer inconsciemment mais efficacement les éventuelles tensions qui s'y trouvent. Ils sont de ce fait à la fois les lieux et les moyens privilégiés de multiples petits actes « manqués » quotidiens qui nous semblent hasardeux et sans signification. Mais ce n'est en fait jamais par hasard que nous nous coupons, coignons, brûlons, écrasons ou tordons tel ou tel doigt de la main. Il s'agit à chaque fois d'un processus « léger » mais net d'une recherche d'expression ou/et d'évacuation d'une tension. Ce processus peut fonctionner car le point énergétique qui est à l'extrémité de chacun des doigts est ici aussi un « point source » ou « point du Printemps ». C'est le point de la renaissance potentielle de l'énergie, grâce à laquelle une nouvelle dynamique peut apparaître ou par laquelle l'ancienne peut se « ressourcer » et changer de polarité.

#### *Les maux des doigts*

Je vais présenter ici simplement la signification globale de chacun des doigts et des souffrances qui vont s'y



exprimer. Pour comprendre plus en détail toute la dynamique qui se situe derrière, il suffit de se reporter dans cet ouvrage à la partie qui concerne le méridien énergétique précis qui arrive dans le doigt concerné et auquel il implique sa dynamique générale. Si la tension se manifeste dans un doigt de la main droite, elle est en relation avec la symbolique Yin (maternelle) et si elle se manifeste dans un doigt de la main gauche, avec la symbolique Yang (paternelle).

#### *Le pouce*

Le pouce est le doigt dans lequel se termine le méridien du Poumon. C'est le doigt de la protection, de la défense et de la réactivité par rapport au monde extérieur. Les enfants le savent d'ailleurs très bien quand ils disent, dans tous les pays du monde : « Pouce, j'arrête » ou bien : « Pouce, je ne joue plus », ou bien quand ils se mettent à sucer leur pouce dès qu'ils ont besoin d'être « rassurés ». Le fait que, de nos jours, de plus en plus d'enfants ne sucent plus ce pouce mais fréquemment le majeur et l'annulaire est très significatif du manque de repères et du besoin profond de sécurité qu'ils ont. Le pouce représente la sécurité extérieure, la protection de défense alors que le majeur et l'annulaire représentent la recherche de sécurité, non pas par la défense mais par l'unité. Ce besoin d'unité, intérieure et extérieure (soi-même et la famille) est associé à une recherche de pouvoir, d'action sur le monde extérieur.

Le pouce peut être aussi, dans un second temps, le doigt qui représente la tristesse ou la défaite. Dans tous les cas, les traumatismes (blessures, coupures, entorses, brûlures, etc.) ou les pathologies du pouce (rhumatismes,

arthroses, etc.), sont en relation avec ces notions de besoin de protection, de défense par rapport à une agression du monde imaginaire ou réelle, ou bien avec un vécu de défaite ou de tristesse.

#### *L'index*

C'est le doigt dans lequel commence le méridien du Gros Intestin, le doigt de la protection mais dans le sens de l'évacuation des choses, voire de leur expulsion vers l'extérieur. Cela le conduit à être le doigt de la demande, de l'autorité, de l'accusation, voire de la menace. Il ordonne, dirige et indique la direction qui menace. Les tensions et les souffrances qui s'y manifestent sont en rapport avec un besoin d'évacuer quelque chose dans le sens de ne pas la garder en soi. Cette chose est ressentie comme « non acceptable », comme devant être éliminée, en allant éventuellement jusqu'au sens le plus large du mot « éliminer » (menace). Il s'agit donc, la plupart du temps, d'évacuer simplement un vécu qui ne nous a pas convenu. Les maux de l'index peuvent cependant exprimer aussi une tendance excessive à la directivité ou à l'autoritarisme, qui a besoin de s'évacuer du fait de son excès.

#### *Le majeur*

Il est le doigt dans lequel se termine le méridien du Maître Cœur. C'est le doigt de la structuration intérieure, du gouvernement intérieur des choses et aussi celui de la sexualité (« pouvoir » sur les autres qui apporte du plaisir). Il représente donc la satisfaction du vécu et de l'action que nous avons sur le monde. Les tensions qui s'y manifestent nous parlent alors de l'insatisfaction que nous

avons sur la façon dont les choses se passent ou dont nous les gérons dans notre vie.

#### *L'annulaire*

Il est le doigt dans lequel commence le méridien du Triple Foyer. C'est le doigt de l'union des choses, de leur cohésion et de leur assimilation en nous. Il porte l'anneau du mariage ou de l'union, quelle que soit sa forme. Ses traumatismes ou ses pathologies nous parlent de notre difficulté à « unir », à unifier les choses en nous ou autour de nous. Ils nous disent combien nous pouvons avoir de la difficulté à créer une cohérence entre toutes les parties de nous-mêmes et de notre vie afin de lui donner un sens.

#### *L'auriculaire*

Il est le seul doigt où deux méridiens se côtoient. Ce sont ceux du Cœur (qui y finit) et de l'Intestin Grêle (qui y débute). C'est le doigt de la finesse, de l'élaboré, mais aussi celui de l'émotionnel et du superficiel, de l'apparence, voire de la prétention. C'est d'ailleurs ce petit doigt qu'on lève lorsqu'on souhaite par exemple boire le thé d'une façon mondaine et donner de l'élégance au geste. Les tensions ressenties sur ce doigt manifestent un besoin d'extérioriser soit une tension d'ordre émotionnel, soit une tendance à la superficialité ou à la subjectivité. Elles signifient que nous sommes trop dans le rôle que nous jouons ou le paraître et insuffisamment dans le naturel, dans l'être.

#### • *Le bras (biceps et humérus)*

Il se situe entre l'épaule et le coude. Nous avons vu précédemment plus en détail ce que représentent ces deux

articulations. Rappelons simplement que l'épaule et l'omoplate sont la représentation du rapport non conscient à l'action. Ils représentent le passage après la porte du Non-Conscient, que je qualifie de porte de l'Intégration, le point d'émergence, la résurgence de notre Non-Conscient dans son rapport à l'action sur le monde et les êtres (dont nous-mêmes). Le coude est, quant à lui, la porte, la barrière de l'Acceptation. Le bras, bâti autour de l'humérus, se trouve entre les deux et les relie. Il représente donc la projection de la phase de passage des volontés, ou désirs d'action, du Non-Conscient vers le Conscient. Nous sommes alors dans le processus de Densification, au moment qui précède l'Acceptation consciente. Mais il peut s'agir aussi du passage du Conscient vers le Non-Conscient. Nous sommes alors dans le processus de Libération, au moment qui suit leur Acceptation consciente et qui précède la non consciente (voir schéma page 187).

#### *Les maux du bras*

Les tensions ressenties dans les bras (points douloureux, crampes, névralgies brachiales, etc.) sont la manifestation de la difficulté à agir que la personne ressent. Les mémoires ou blessures inconscientes profondes d'un individu par rapport à sa capacité d'action qui remontent à la surface et que celui-ci refuse d'accepter, vont se manifester par des souffrances dans les bras, voire même des fractures de l'humérus, lorsque le souvenir, la mémoire qui apparaissent à la surface sont trop forts ou bouleversent trop la structure (os) des croyances personnelles ou des choix de vie de la personne. Échec personnel, impossibilité de réaliser quelque chose profes-

sionnellement ou familialement, peurs par rapport à l'action ou à ses conséquences vont choisir, si besoin est, de s'exprimer par des douleurs ou des traumatismes dans les bras.

Il peut s'agir de vécus et d'expériences d'actions que l'individu a acceptés dans son Conscient, dans son mental, mais qu'il ne peut pas ou n'est pas encore prêt à accepter au fond de lui-même. Cela peut être le cas de quelqu'un qui a dû céder sur quelque chose qu'il considérait comme important pour lui (projet, réalisation technique, promotion, etc.) qu'il a compris et accepté; cependant, au plus profond d'elle-même, cette personne ne l'accepte pas. Malgré toutes les raisons logiques qui lui ont permis de comprendre les choses, elle refuse de les intégrer. Si la douleur ou le traumatisme se situent dans l'humérus, cela signifie que la tension est liée à la structure profonde, aux croyances et aux valeurs inconscientes de la personne par rapport à ses actes. Si, en revanche, cela se manifeste dans le bras, les muscles, nous sommes en présence d'une manifestation moins « grave » car moins ancrée dans la structure.

Lorsque la tension, la douleur ou la fracture se passent dans le bras droit, il va s'agir de quelque chose en relation avec le Yin, la symbolique maternelle, et toutes ses représentations. Si, par contre, la tension, la douleur ou la fracture se passent dans le bras gauche, il va s'agir de quelque chose en relation avec le Yang, la symbolique paternelle, et toutes ses représentations. Je reprendrai ici l'exemple d'Hervé que je citai précédemment dans le paragraphe consacré au coude (voir page 169). La tension professionnelle qu'il vivait s'exprimait clairement dans ses bras, ses épaules et ses coudes. Manifestement, il pensait qu'il

ne pouvait agir ou que les choses ne se passaient pas comme il le voulait, à cause du monde extérieur (épaules). Il en savait et en comprenait inconsciemment les raisons (bras) mais il avait de la difficulté à les accepter ou à les admettre, voire même simplement à les reconnaître (coudes), sans doute parce qu'il trouvait la situation injuste ou injustifiable à son égard. Elle ne pouvait donc pas être consciemment admise et l'énergie restait bloquée en deçà des coudes...

• *L'avant-bras, le cubitus et le radius*

Ils se situent entre le coude et le poignet. Nous avons vu que le coude représente la barrière de l'Acceptation et que le poignet est, quant à lui, la barrière de l'Implication, dans le sens du Choix (et non de la Décision comme pour la cheville). L'avant-bras est la première étape de passage des volontés d'action dans le monde des réalisations. Lorsque nous voulons faire (ou qu'il se passe) quelque chose qui touche nos mémoires profondes (Non-Conscient) et que nous l'acceptons (coude), nous devons alors choisir et faire ce qui va nous permettre de le réaliser. Si cette réalisation est difficile parce que nous avons, par exemple, de la difficulté à décider des moyens, nous allons développer des tensions, des souffrances, des crampes dans nos avant-bras, voire, en général près des poignets, des fractures du cubitus et/ou du radius. Nous sommes dans l'endroit du corps qui précède ou suit la main et le poignet, selon le sens de circulation des énergies que nous choisissons (Densification ou Libération). Il peut donc s'agir de la phase de passage des choses du Non-Conscient vers le Conscient (sens coude vers main). Nous sommes alors dans le processus de Densification, au

moment qui suit l'Acceptation consciente et précède le passage dans le réel (poignet, main) par le *faire*. Mais il peut s'agir aussi du passage du Conscient vers le Non-Conscient (sens main vers coude). Nous sommes, dans ce cas-là, dans le processus de Libération, au moment qui précède l'Acceptation non consciente et qui suit le passage dans le réel.

#### *Les maux de l'avant-bras, du cubitus et du radius*

Ils vont nous parler de notre difficulté à accepter les actions ou les agissements que notre vécu peut nous amener à rencontrer ou faire dans notre vie. Notre difficulté à choisir ou à nous donner des moyens d'agir, nouveaux, différents de l'habitude ou de la certitude peut se manifester par une douleur de cette région du bras, voire aller jusqu'à la fracture. Elle se produit lorsque la tension est trop forte et que nos blocages par rapport à l'action ou au choix sont tellement ancrés, rigidifiés, pour ne pas dire fossilisés, qu'ils ne peuvent admettre la « torsion » (obligation de changement) imposée par l'extérieur. C'est alors le cubitus ou le radius, voire les deux, qui « lâche ». Mais la simple « raideur » des avant-bras signifie déjà que nous avons de la difficulté à « bouger », à donner au poignet et à la main la possibilité de jouer leur rôle de mobilité, de potentiel de changement de mode ou de type d'action dans la vie.

Si la tension se manifeste dans l'avant-bras gauche, elle est en relation avec la dynamique Yang (père) et lorsqu'elle se manifeste dans l'avant-bras droit, elle est en rapport avec la dynamique Yin (maternelle).

#### • *La nuque*

Elle est la partie qui se situe entre la tête et le reste du corps. C'est elle qui fait la jonction entre le cerveau et ses exécutants que sont les bras et les jambes. À partir du plexus cervical qui se situe à sa base, toutes les volontés et les décisions d'action ou de relation vont être envoyées en direction de l'organe ou du membre le plus adapté à leur réalisation. La nuque est donc un lieu où les désirs ou les volontés n'ont pas encore émergé, n'ont pas commencé à apparaître et n'ont pas enclenché de début de geste physique. Ils n'ont pas encore été en rapport avec l'extérieur. La nuque représente, de ce fait, le point de passage du conceptuel (cerveau, idées, concepts, désirs, volontés, vouloir, etc.) vers le réel (action, réalisation, relation, expression, etc.).

#### *Les maux de la nuque*

Les tensions, les souffrances ou le blocage de la nuque expriment notre difficulté ou notre incapacité à faire passer dans le réel des envies, des idées, des concepts, des volontés, etc. Cependant, à la différence de la tension des épaules qui signifie globalement la même chose, nous en sommes, avec la nuque, au stade où les choses ne sont pas arrivées « à la porte » du passage à l'acte. Cela signifie que nous ne pouvons pas les faire passer dans le réel, *parce que nous pensons ne pas en être capables*. L'incapacitation est de notre fait, alors que pour le blocage dans les épaules elle est censée venir des autres, du monde extérieur. L'irradiation vers l'une des épaules qui peut exister parallèlement nous donnera l'indication supplé-

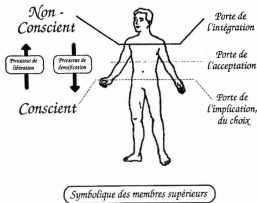
mentaire de la symbolique Yin ou Yang, dont l'image intérieure nous fait penser que nous ne sommes pas capables.

Le cas le plus classique et le plus simple auquel je pense ici est celui du torticolis. Cette tension de la nuque a un effet physique direct qui nous empêche, parfois très douloureusement, de tourner la tête vers la droite ou vers la gauche. Or, quelle est la signification universelle du geste de tourner la tête vers la droite et vers la gauche? Dans toutes les cultures du monde, ce mouvement veut dire « non ». C'est le signe du désaccord, du refus, de la non-acceptation de ce qui se passe ou de ce que l'autre dit ou fait. Le torticolis nous empêche de faire ce geste. Il signifie notre incapacité à dire « non » à quelqu'un ou à une situation. Nous pensons ne pas avoir le droit, la possibilité ou la capacité de le faire.

Cet exemple me rappelle celui de Bernard, cadre supérieur dans une très grande entreprise française de distribution, qui assistait à l'un de mes séminaires d'entreprise sur la Dynamique des Relations. Cet homme avait un torticolis très handicapant depuis trois jours. Je lui demandai alors s'il était en train de vivre une situation à laquelle il voulait dire « non », chose qu'il s'empêchait de faire parce qu'il pensait qu'il ne le pouvait pas ou qu'il n'en avait pas le droit. Tout d'abord déconcerté, il réfléchit pendant quelques instants puis reconnu, à sa propre stupeur, qu'il vivait effectivement une situation professionnelle de ce type. Le P.-D.G. de son groupe, dont il était un des principaux représentants régionaux, avait la manie, qui lui tenait très à cœur, d'organiser des réunions de prestige pour ses cadres, que Bernard qualifiait de « grand-messe ». Ces réunions, qui duraient de une à trois journées, n'apportaient à son avis pas grand-chose, hormis de

lui faire perdre du temps alors qu'il avait beaucoup à faire « sur le terrain ». Il lui était cependant impossible de refuser, disait-il, sinon il prenait le risque de « déplaire », que le refus soit mal perçu. Or, il venait d'apprendre, trois jours avant le séminaire, qu'une nouvelle « grand-messe » devait avoir lieu le mois suivant, période où il était normalement dans les magasins provinciaux dont il avait la charge. Il apprit la nouvelle le lundi soir et le mardi matin, il se réveillait avec un torticolis qui le bloquait encore le jeudi pendant le séminaire. Il décida alors de réfléchir à la façon d'exprimer son désaccord à sa hiérarchie ou bien d'accepter autrement ces « grands-messes ».

Nous pouvons imaginer et résumer les grands axes de la partie « haute » de notre corps, nos bras, nos épaules et notre nuque, dans le schéma qui suit. Il nous permet de visualiser simplement ce qui s'y passe et comment.



Chaque fois que nous vivons des tensions dans la partie supérieure de notre corps, elles sont le signe que dans notre rapport à l'action (désir, volonté, impossibilité, incapacité, peur, etc.) ou au pouvoir sur les choses et les êtres, nous vivons une tension équivalente, liée soit à notre incapacité supposée (nuque), soit à une incapacitation venant de l'extérieur (épaule). Nous sommes en face de quelque chose que nous ne pouvons, ne savons ou n'arrivons pas à *faire*.

#### Le tronc

Il est la partie centrale du corps sur laquelle s'attachent les membres qui lui permettent de se déplacer et d'agir. C'est aussi la partie dans laquelle se trouvent tous les organes qui assurent « l'intendance ». Le tronc représente la maison de l'individu et c'est en lui que sont réunis tous les organes « fonctionnels », l'organe « décisionnel » étant placé au-dessus de lui. Il constitue l'axe du corps, la centrale motrice qui produit et distribue l'énergie. C'est en lui que se produit l'alchimie humaine. Comme le tronc de l'arbre, il est la partie la plus imposante mais la moins mobile et la moins souple. Il contient donc tous les organes fonctionnels et la colonne vertébrale et c'est par les organes qu'il s'exprime et permet aux tensions éventuelles de se manifester. Nous allons évoquer le rôle de chacun d'eux et tenter de les relier à leur représentation psychologique.

#### À QUOI SERVENT NOS DIFFÉRENTS ORGANES ?

La définition du *Petit Larousse* pour le mot organe est : « Partie d'un corps vivant qui remplit une fonction qui lui est propre. »

Le corps humain possède un certain nombre d'organes qui lui permettent de fonctionner, de vivre, qui assurent ce que j'appelle (sans aucune connotation péjorative) « l'intendance ». Ces organes ont tous une fonction bien définie et s'intègrent dans un ensemble, une chaîne dont ils sont les maillons. Ils sont regroupés en systèmes autour de la fonction globale dont ils participent à l'accomplissement. Il y a le système digestif, le système respiratoire, le système urinaire, le système circulatoire, le système nerveux et le système reproducteur.

Nous allons d'abord voir chaque système dans son rôle puis nous détaillerons ensuite chaque organe, non pas dans une optique médicale car tel n'est pas notre but, mais afin de simplement exposer la fonction remplie par chacun d'eux et de présenter la signification des maux qui les touchent.

Il sera cependant nécessaire, pour mieux comprendre chaque organe, de se reporter à sa représentation énergétique, à son méridien et au Principe auquel il appartient. Nous pourrions ainsi toujours relier l'organe à son environnement psychoénergétique.

#### Le système digestif

Il nous permet de digérer les aliments solides et liquides que nous consommons. C'est grâce à lui que

nous pouvons assimiler la nourriture matérielle que nous offre la Terre et que la gastronomie élabore pour notre plaisir. À travers lui, nous allons transformer ces aliments. Par une alchimie extrêmement élaborée qui va les rendre utilisables, acceptables pour notre organisme, ils vont devenir un des éléments essentiels de notre carburant final. Le système digestif est celui qui comporte le plus d'organes. Cela nous laisse voir à quel point cette alchimie est élaborée et s'explique par le fait que les aliments « solides » sont une forme d'énergie « lourde », dense, complexe à transformer et qui nécessite de ce fait des opérations et des niveaux de transformation multiples. C'est pourquoi, avant de pouvoir passer dans le sang, les substances nutritives transitent d'abord dans un certain nombre de réceptacles et reçoivent un certain nombre d'additifs (notre estomac va même jusqu'à produire de l'acide chlorhydrique) qui vont les dissoudre. Le système digestif est composé de la bouche, de l'œsophage, de l'estomac, du foie, de la vésicule biliaire, de la rate, du pancréas, de l'intestin grêle et du gros intestin. La bouche ayant un rôle et une signification bien particuliers, je reviendrai plus spécifiquement sur elle page 235.

#### *Les maux du système digestif*

Ils vont nous parler de notre difficulté à avaler, à digérer, à assimiler ce qui se passe dans notre vie. « Je n'ai pas pu avaler ce qu'il m'a dit » ou bien « Je n'ai toujours pas digéré ce que tu as fait » ou encore « Ça m'est resté sur l'estomac » sont autant d'expressions populaires qui nous le disent simplement. Selon l'organe digestif concerné plus particulièrement, nous avons une précision sur la

tension ressentie ou la difficulté à digérer l'expérience. Nous allons le voir plus en détail avec chacun d'eux.

#### • *L'estomac*

Il est l'organe qui reçoit, en premier, par l'œsophage, les aliments bruts qui viennent simplement d'être préparés par le masticage de la bouche. Il est donc le premier réceptacle de la nourriture matérielle. C'est celui qui est chargé du gros œuvre et qui joue un peu le rôle de « bétonnière ». Il malaxe, mélange mais aussi dissout grâce à l'acide chlorhydrique, les aliments ingérés, les préparant ainsi pour le processus de l'assimilation. L'estomac est donc l'organe qui a en charge le côté directement « matériel » de la digestion, qui met réellement la « main à la pâte » et qui doit prendre en charge et maîtriser la matière alimentaire.

#### *Les maux de l'estomac*

Ils nous parlent de notre difficulté ou des tensions que nous rencontrons dans notre maîtrise ou notre gestion du monde matériel. Contrariétés financières ou professionnelles, scolaires ou judiciaires choisiront de s'exprimer ainsi, si elles provoquent chez nous des soucis réels ou imaginaires. Du fait de son rôle de malaxage des aliments, l'estomac qui nous fait souffrir peut aussi signifier que nous avons tendance à ruminer, à ressasser les choses et les événements d'une façon excessive. L'acidité gastrique peut alors nous dire d'arrêter.

Je citerai comme exemple les multiples cas d'ulcère qui est souvent le fait de contrariétés professionnelles et qui a été pendant longtemps la « maladie préférée » des hommes d'affaires. Les chiffres ont bien diminué de nos

jours car on sait maintenant comment faire taire l'estomac. Les nombreux étudiants qui ont ressenti des crampes ou des aigreurs à l'estomac avant leurs examens savent combien elles sont le signe de leur inquiétude.

**Aigreur, acidité gastrique, ulcère ou cancer** sont autant de manifestations dont l'intensité est progressive et qui expriment cette difficulté à digérer ce que nous vivons, les chocs de la vie ou les situations qui ne nous satisfont pas. Les **vomissements** sont alors le signe supplémentaire du rejet pur et simple, du refus.

#### • *La rate et le pancréas*

Ces deux organes participent à la digestion (pancréas) par les sécrétions qu'ils déversent dans l'intestin grêle et à la composition du sang (rate) par la fabrication et le stockage des globules rouges et blancs. Le pancréas gère, par l'insuline qu'il fabrique, le taux de sucre que nous avons dans le sang, et par le suc pancréatique il participe activement à la digestion des aliments préparés par l'estomac. Nous sommes dans le Principe énergétique de la Terre avec des organes « besogneux et travailleurs », principalement mobilisés sur la tâche digestive. Ce sont des exécutants « sérieux et raisonnables ».

#### *Les maux de la rate et du pancréas*

Ils signifient que nous avons tendance à traverser la vie trop raisonnablement, c'est-à-dire en laissant insuffisamment de place au plaisir, à la joie. Le devoir est important, le professionnel et le matériel étant les choses essentielles. La vie manque alors de cette douceur dont nous avons tous besoin. Les soucis matériels intériorisés et les angoisses obsessionnelles, les peurs de manquer ou de ne

pas savoir, de ne pas être à la hauteur, sont les signes exprimés par les problèmes pancréatiques ou de la rate. La tendance à vivre dans le passé, par peur de ne pas gérer le présent ou le fait de cultiver des mémoires de ce passé peuvent se manifester par des tensions ou des maladies de ces deux organes. Le besoin de correspondance aux normes, de respect des règles, voire de dépendance par rapport à elles peut être exprimé par des déséquilibres de la rate et du pancréas. Cela se retrouve au niveau énergétique car c'est l'énergie de la Rate-Pancréas qui a, entre autres, la charge du cycle menstruel et de sa manifestation cyclique, que l'on nomme communément « les règles ». Ce besoin se retrouve aussi pour le diabète car les personnes concernées par ce déséquilibre doivent être très vigilantes sur la « régularité » de leur vie. Les moments des repas et toutes les habitudes de vie doivent être « réglés » parfaitement et respectés le plus scrupuleusement possible, au risque de déclencher un malaise.

Les déséquilibres pancréatiques peuvent prendre deux formes, l'**hypoglycémie** (manque de sucre dans le sang) et l'**hyperglycémie** ou **diabète** (excès de sucre dans le sang). Que représente le sucre dans notre vie? Il est la douceur, la gentillesse et, par extension, devient une preuve d'amour ou de reconnaissance. Il est dans toutes les cultures du monde la récompense, le cadeau que l'on donne aux enfants lorsqu'ils ont été sages (respecté les règles), lorsqu'ils ont eu de bonnes notes à l'école (répondu aux normes) ou simplement lorsqu'on a envie de leur *faire plaisir*. Ce cadeau est souvent « maternel ».

La présence excessive de sucre dans le sang exprime que nous avons de la difficulté à gérer, à vivre ou à obtenir de la douceur dans notre vie. Le **diabète** signifie fré-



quement que la personne a eu un père excessivement et même parfois injustement autoritaire (excès de règles et de normes) et qu'elle a trouvé un « refuge » dans la douceur protectrice de la mère. La nourriture (mère) devient alors un palliatif, un exutoire important et le diabète, la conclusion logique d'une prise de poids progressive mais certaine.

Certains chocs psychologiques forts, au cours desquels l'individu est confronté à la destruction brutale de sécurités ou de croyances affectives, peuvent être exprimés par l'apparition d'un diabète. Je pense particulièrement à une jeune femme qui était venue me consulter car elle souhaitait avoir un enfant mais son diabète l'en empêchait. L'analyse de sa situation nous permit de remonter jusqu'à un drame qu'elle avait vécu dans son enfance. Alors qu'elle était âgée de 7 ans, elle marchait un jour sur le bord d'une route en compagnie de sa sœur. Une voiture qui venait en sens inverse se déporta sans raison et vint heurter violemment cette petite sœur qu'elle adorait. C'est avec une terreur sans bornes qu'elle vit sa sœur mourir sous ses yeux et elle resta pendant plusieurs semaines sans pouvoir parler ni exprimer sa souffrance devant la perte de ce qui lui était le plus cher, de ce qui remplissait sa vie de douceur. Six mois plus tard, les premiers signes de diabète apparurent. Après trois séances de travail sur cette mémoire émotionnelle et sur les énergies concernées, son taux de sucre se mit à baisser lentement mais progressivement. Je lui conseillais d'aller consulter parallèlement un ami médecin homéopathe afin d'accompagner notre travail par une assistance médicale « intelligente », c'est-à-dire destinée à stimuler ses fonctions pancréatiques et non à les remplacer. Mais j'oubliais

la chose la plus importante : cette jeune femme a eu il y a quelques mois une petite fille.

**L'hypoglycémie** (insuffisance de sucre) nous parle, quant à elle, d'une souffrance inverse liée à l'incapacité, à la difficulté de recevoir, d'accepter, de penser avoir droit à la douceur. C'est le cas fréquent d'enfants non désirés par la mère et/ou dont le père a été « absent ». L'absence de refuge maternel produit un amalgame négatif avec la nourriture, que l'on n'aime pas, voire que l'on n'accepte pas (**anorexie**) ou que l'on assimile uniquement dans la nécessité. Mais cela se fait sans plaisir et sans douceur, avec le minimum de « sucre ». La recherche des normes ou des règles absentes donne un physique anguleux et émacié où les rondeurs (douceurs) sont absentes.

#### • *Le foie*

C'est un organe extrêmement élaboré et polyvalent. Il est le plus gros du corps humain. Il joue en effet un rôle essentiel dans la digestion par la sécrétion de la bile, mais il assure aussi une autre activité très importante : le filtrage du sang. Il participe ainsi à la composition du sang et à sa qualité, tant au niveau nutritif d'ailleurs qu'au niveau immunitaire (défense, cicatrisation, stockage, etc.). Il lui donne donc sa « texture », sa composition, son niveau vibratoire, sa « coloration ». Son double rôle est d'ailleurs matérialisé par le fait qu'il reçoit une double alimentation sanguine, une par l'artère hépatique, qui le nourrit en oxygène, et une par la veine porte, qui transporte vers lui les nutriments assimilés par l'intestin grêle. Ces deux canaux se rejoignent dans le foie et « s'unissent » dans la veine cave inférieure. Puis elle transporte le sang enrichi des nutriments et autres globules,

qui va ensuite être redistribué dans tout le corps grâce au cœur et, après s'être enrichi en oxygène, grâce aux poumons.

### *Les maux du foie*

Les problèmes hépatiques sont aussi, bien entendu, le signe qu'il nous est difficile de « digérer » quelque chose dans notre vie, mais avec une nuance plus fine que l'estomac. L'émotion principale qui est associée au foie est la colère. Les tensions ou les souffrances de cet organe peuvent vouloir dire que notre mode, habituel et excessif, de réaction face aux sollicitations de la vie est la colère. Chaque fois que nous « réglons » nos problèmes avec le monde extérieur en hurlant, en entrant dans de grandes colères, nous mobilisons toute l'énergie du foie dans cette direction, le privant ainsi à chaque fois d'une grande partie de l'énergie nécessaire à son fonctionnement. L'organe va alors se manifester en ne jouant plus correctement son rôle dans la phase digestive. Cependant, à l'inverse, des colères trop souvent rentrées ou systématiquement gardées à l'intérieur vont densifier l'énergie dans le foie et risquer de se traduire par des pathologies plus importantes (**cirrhoses, kystes, cancer**).

Les maux du foie peuvent nous parler aussi de notre difficulté à vivre ou à accepter nos sentiments, nos affects ou ceux que les autres nous renvoient. L'image de nous-mêmes ou que les autres nous donnent dépend en grande partie du foie. Le perçu de celle-là participe à notre joie de vivre, ce que nous retrouvons à travers le rôle de filtration et de « nourriture » du sang que joue le foie. Ses tensions peuvent donc signifier aussi que notre image est

remise en cause par notre vécu et que notre joie de vivre a laissé la place à de l'aigreur et de l'acidité intérieure vis-à-vis de ce monde extérieur qui ne nous reconnaît pas comme nous le souhaiterions. Nous sommes en plein dans la culpabilité.

Le foie participe profondément au système immunitaire et en particulier à l'immunité élaborée, c'est-à-dire enrichie des expériences faites par l'organisme. Or, le sentiment de culpabilité nous « oblige » à nous justifier, à nous défendre. Il mobilise nos énergies de défense psychologique et de nombreuses colères sont le signe et l'expression d'une peur qui ne trouve pas d'autre moyen de défense. Si cette stratégie est fréquente, elle fragilise l'énergie du foie puis de la vésicule qui souffrent. Le foie est un organe Yin et il représente des ressentis qui concernent l'être profond. Nous allons voir que pour la vésicule biliaire qui est Yang, il s'agit plutôt de l'être social.

### • *La vésicule biliaire*

Elle travaille en liaison directe avec le foie dont elle recueille et concentre la bile. Elle la redistribue dans l'intestin grêle, juste à la sortie de l'estomac. La libération de cette bile va permettre au processus de digestion, notamment des aliments gras, de continuer de façon harmonieuse. En cas de dysfonctionnement, la digestion est perçue comme « mauvaise ».

### *Les maux de la vésicule biliaire*

Participant à la digestion physique des aliments, elle joue un rôle équivalent dans la digestion psychologique des événements. Comme l'exprime le langage commun,

« on se fait de la bile » lorsque l'on a des inquiétudes. Mais ce sont toujours des inquiétudes liées à un être (nous-mêmes ou un autre) qui nous est cher. Les maux de la vésicule biliaire nous parlent de notre difficulté à gérer nos sentiments et à les clarifier. Nous sommes dans la dynamique Yang, c'est-à-dire en rapport avec l'extérieur. « Quelle est ma place? », suis-je reconnu par les autres, m'aime-t-on pour ce que je fais et représente sont autant d'interrogations dont les tensions vésiculaires nous parlent, ainsi que les colères violentes qui accompagnent les passes difficiles, surtout lorsqu'il existe chez la personne un ressenti d'injustice vis-à-vis d'elle. La justification des actes est aussi très présente, d'autant plus qu'ils ne sont pas toujours marqués du sceau de la sincérité et de la vérité. Les maux de la vésicule peuvent en effet signifier que notre sens du vrai et du juste n'est pas très clair ou excessif et que nous avons tendance à contraindre, utiliser, voire manipuler les autres (toujours en se donnant de bonnes raisons, bien entendu).

#### • *L'intestin grêle*

Il mesure chez l'homme 6 mètres de long environ. Ceci lui permet d'offrir une grande surface, augmentée par d'innombrables petites saillies intérieures. Cette surface autorise le métabolisme digestif final qui achève la dernière transformation des éléments nutritifs avant qu'ils ne passent dans le sang. Le tri se fait entre l'assimilable et le non-assimilable qui continue alors dans le gros intestin. Tout ce qui est considéré comme assimilable, qui passe la « douane », qui est « jugé » comme bon, va dans le sang et le système lymphatique. Il est important de savoir que l'intestin grêle n'est pas simplement un « filtre » qui laisse

passer ou non les aliments. Il participe activement à la digestion en sécrétant les enzymes nécessaires et il joue aussi un rôle important dans le « transport » de certains sucres et acides aminés. C'est donc par son intervention que se fait la sélection finale entre les éléments qu'il véhicule.

#### *Les maux de l'intestin grêle*

Les **diarrhées, ulcères**, etc., nous parlent de nos difficultés à assimiler les expériences, à les laisser pénétrer en nous sans les juger. En tant que douanier, c'est lui qui laisse passer telle information et rejette telle autre. Il est le représentant physique de la subjectivité. Les douleurs ou les maladies de l'intestin grêle peuvent aussi signifier que nous avons trop tendance à juger les événements et les autres, à raisonner excessivement en termes de bien ou de mal, de tort ou de raison. L'exemple astrologique est le signe de la Vierge qui est très articulé autour des notions de valeurs, de leur précision et de leur respect, et dont la fragilité organique est principalement intestinale.

#### • *Le gros intestin*

Il joue, quant à lui, le rôle d'éboueur, d'évacuateur. C'est lui qui transporte et permet d'éliminer les matières organiques que nous avons ingérées et qui n'ont pas été assimilées. Il évite ainsi à l'organisme de s'engorger, de s'encrasser, de se saturer et, par conséquent, de « s'étouffer », de s'intoxiquer. Il suffit pour s'en persuader de voir ce qui se passe lorsqu'il y a une grève des éboueurs dans une grande ville. Cet organe contribue donc à la bonne « respiration » du corps. Cela nous permet de mieux

comprendre pourquoi en énergétique le Gros Intestin est le complémentaire du Poumon.

### *Les maux du gros intestin*

Les tensions, les souffrances du gros intestin signifient que nous retenons les choses, que nous les empêchons de partir. Peur de manquer, de se tromper, retenue excessive (timidité) ou refus d'abandonner, de lâcher sont exprimés par des problèmes au gros intestin (**constipation, douleur, ballonnement, gaz**, etc.). Ses maux nous parlent aussi de notre difficulté à « cicatriser », à oublier les mauvaises expériences, l'acidité venant souvent signer la présence supplémentaire d'une colère rentrée et gardée. Comme il permet d'éliminer, de rejeter ce que nous avons ingéré (aliments) et que nous n'avons pas assimilé, il permet aussi d'évacuer, de rejeter les expériences que nous avons ingérées (vécues) et que nous n'avons pas acceptées.

### Le système respiratoire

Il nous permet de respirer comme son nom l'indique. Grâce à lui, nous pouvons notamment assimiler l'énergie de l'air. Il est cependant beaucoup plus élaboré que nous ne le pensons et ne sert pas seulement à respirer cet air ambiant. Il comprend les poumons, bien sûr, mais aussi la peau et toutes les cellules du corps. Il existe en effet deux niveaux respiratoires distincts, la respiration dite « externe » et la respiration dite « interne ». La respiration externe est celle que nous connaissons, c'est-à-dire la ventilation pulmonaire. Mais il existe aussi une ventilation

externe dite « cutanée ». Notre peau joue un grand rôle dans notre respiration. Cette respiration externe est celle des échanges gazeux articulés autour de l'oxygène et du gaz carbonique dans l'appareil respiratoire. La respiration interne est une respiration qui se passe au niveau cellulaire, où les échanges intracellulaires se font directement. Les cellules procèdent elles-mêmes à certains échanges gazeux qui ne sont pas dus à l'apport classique fait par le sang. Le même processus existe au niveau énergétique.

Organe rattaché au système respiratoire, la peau joue aussi un rôle de protection du corps face au monde extérieur. Enveloppe souple mais efficace, elle le protège de la plupart des agressions, qu'elles soient dues à des agents actifs (microbes, virus, insectes, etc.) ou à des agents passifs (poussières, température, pluie, etc.). Capteur essentiel, elle joue un rôle prépondérant dans la gestion protectrice des stimuli et des sollicitations externes et dans la cicatrisation des blessures éventuelles.

### *Les maux du système respiratoire*

Le système respiratoire appartient au Principe du Métal dont l'une des fonctions principales est la protection par rapport au monde extérieur. Cette protection s'exerce à deux titres, par la filtration des poussières et les échanges gazeux (rejet du gaz carbonique) et par la capacité à répondre, à réagir aux « agressions » environnementales. Une autre de ses fonctions essentielles est celle de la cicatrisation, de la fermeture des plaies.

Les problèmes du système respiratoire nous parlent de notre difficulté à nous protéger face au monde extérieur, à trouver des réactions adaptées face aux agressions éventuelles, réelles ou imaginaires, de celui-ci. Ils peuvent