

signifier aussi que nous n'arrivons pas ou ne voulons refermer certaines plaies de notre vie et nous parlent ainsi de nos éventuelles tristesses, rancunes ou rancœurs, de notre difficulté ou refus d'oublier, de pardonner, voire de notre désir de régler des comptes ou, pire encore, de vengeance.

#### • *Les poumons*

Ils sont les organes principaux de la respiration. C'est en eux que se réalise l'échange fondamental d'oxygène et de gaz carbonique sans lequel nous ne pourrions vivre. Cela se passe dans de minuscules poches (nous en avons quelque 300 millions) appelées « sacs alvéolaires ». Ces sacs sont fortement irrigués de tout petits vaisseaux, les capillaires, qui permettent au sang (globules rouges) de relâcher le gaz carbonique qu'il contient et de se recharger en oxygène pour aller ensuite alimenter toutes les cellules. La membrane de ces alvéoles est d'une ténuité telle qu'elle permet cet échange. Si l'on étendait cette membrane, on obtiendrait une surface de plusieurs centaines de mètres carrés.

Je vous laisse supposer la fragilité de ce tissu et les dégâts provoqués par l'air pollué que nous respirons mais que nous provoquons aussi, notamment par le tabagisme. Les poumons sont, de plus, les seuls orifices naturels qui sont en permanence ouverts vers l'extérieur et qui doivent constamment être à même de se défendre et de nous défendre. Tout un système existe pour jouer ce rôle. Le passage de l'air par le nez le réchauffe, filtré en partie par les poils et humidifié par le mucus qui emprisonne certaines poussières avant qu'il ne pénètre dans les bronches où du mucus retient les dernières poussières,

expulsées par la toux ou par de petits cils vibratoires qui les font remonter.

Nous pouvons constater à quel point ce système de protection et de défense est élaboré. Dans le système digestif, c'est tout le processus de « déstructuration » des aliments qui est très sophistiqué; c'est le processus de protection. Une dernière chose très intéressante mérite d'être signalée. La respiration est la seule fonction organique qui soit automatique (non consciente et non volontaire), c'est-à-dire gérée par le système nerveux autonome, et sur laquelle nous puissions cependant intervenir volontairement, en s'appuyant sur le système nerveux central. Cela nous permet de mieux saisir la raison de l'efficacité des techniques respiratoires de relaxation, car elles permettent en fait d'aller « calmer le système nerveux autonome » et, par processus associé, de relâcher les tensions non conscientes.

#### *Les maux des poumons*

Les fragilités ou les maladies pulmonaires expriment notre difficulté à gérer les situations avec le monde extérieur. L'exemple le plus simple est celui de la baisse des températures au début de l'hiver. Les personnes qui ne réagissent pas en rééquilibrant leur système thermique interne vont « attraper froid », c'est-à-dire que le système pulmonaire va être fragilisé et va ouvrir la porte à une **grippe** ou à un **rhume**. **Toux, asthme, angines, bronchites** sont autant de signes que nous ressentons une sollicitation importante de l'extérieur, quand ce n'est pas une agression, et que nous ne savons pas, n'arrivons pas à gérer. La souffrance ou la maladie nous permet alors de l'évacuer. Les **toux irritatives** nous montrent que ces

agressions nous irritent et nous insupportent, nous faisant réagir violemment. Les **toux grasses** sont le signe que les agents de l'agression restent prisonniers en nous. Ils sont enghués dans les mucosités bronchiques que nous devons sécréter en plus grandes quantités pour arriver à « cracher le morceau », à évacuer ce qui nous agresse et « colle » en nous.

Lorsque j'étais adolescent, j'étais un garçon plutôt timide, bien que facilement expansif (pour cacher cette timidité). Mince bien que gros mangeur, j'étais fragile des poumons et j'ai même eu pendant plusieurs années une bronchite chronique que le médecin de famille essayait de tuer avec des antibiotiques. Heureusement, je vivais à la campagne et les traditions et le bon sens naturel de mes parents faisaient que la thérapeutique la plus souvent employée, et d'ailleurs la plus efficace, était celle des ventouses et des cataplasmes. Chaque contrariété ou difficulté que je traversais se traduisait à l'époque par des quintes de toux tout d'abord puis par une grippe ou une bronchite. Afin d'améliorer tout cela je fumais. Ce n'est qu'avec mon changement de rapport à la vie et aux autres (fin de la compétition avec le monde) que mes fragilités pulmonaires disparurent et que, comme par hasard, je n'eus plus « besoin » de fumer. Il en est encore ainsi aujourd'hui.

Cette relation du pulmonaire avec le rapport aux autres se retrouve en homéopathie avec l'usage de la préparation qui s'appelle *Gelsemium*. Sans entrer dans le détail, notons simplement que *Gelsemium* est prescrit aux personnes qui souffrent de timidité ou de « peurs d'anticipation » (avant les examens par exemple), mais aussi lors des complications des états grippaux et autres affec-

tions pulmonaires. *Gelsemium* n'est d'ailleurs pas la seule préparation homéopathique qui permette de constater à quel point homéopathie et énergies fonctionnent au même niveau et selon les mêmes lois.

Le vécu d'agression n'est pas obligatoirement manifesté pour être cependant ressenti. Les atmosphères lourdes, « étouffantes », les ambiances où l'on ne se sent pas à l'aise sollicitent énormément les énergies du poumon. Les souffrances ou les maladies du système pulmonaire (nez, gorge, bronches, etc.), nous parlent donc des situations ou des personnes qui nous mettent mal à l'aise sans pour autant nous agresser directement. Combien de gens m'ont dit en consultation : « J'ai l'impression d'étouffer dans cette société » ou bien : « Je manque d'air dans cette famille. » C'était d'ailleurs un asthmatique qui me faisait cette dernière remarque et qui en est rapidement arrivé à comprendre *qui* « lui pompait l'air » dans sa famille.

Les angoisses maternelles excessives, les atmosphères familiales lourdes se traduisent souvent chez les enfants par des fragilités pulmonaires qui, si elles sont « soignées » trop efficacement ou paraissent insuffisantes à l'enfant, peuvent se transformer en allergies respiratoires ou cutanées. L'enfant se « défend » alors en réagissant parfois violemment. **Asthme, eczéma, angines purulentes** sont autant de « cris » pour exprimer ce que ce qui se passe autour de lui ne le satisfait pas, qu'il vit la situation comme une agression et qu'il a besoin de protection (amour et présence), mais pas d'être étouffé.

La dernière signification qui peut être associée à des problèmes pulmonaires est celle de la tristesse, de la mélancolie, du chagrin, de la solitude. L'énergie du poumon a la charge de ces sentiments qui, lorsqu'ils sont

excessifs, l'épuisent. L'excès ou le fait de cultiver la tristesse pour entretenir le souvenir de quelque chose ou de quelqu'un peuvent se manifester par une fragilité des poumons. Il est intéressant de se rappeler que la grande époque du romantisme larmoyant (Chateaubriand, Goethe, J.-J. Rousseau, Chopin, etc.) fut aussi la « grande époque » de la **tuberculose**.

#### • La peau

C'est l'un des organes les plus intéressants et les plus complets du corps humain. Il s'agit en effet du seul organe à être directement en relation avec toutes les fonctions du corps et de l'esprit. Cette enveloppe de plus de 2 mètres carrés entoure tout notre corps et représente un véritable cerveau étalé. Elle est irriguée, innervée d'une façon remarquable sur toute sa surface et représente un extraordinaire système d'informations relié directement avec notre cerveau.

Le premier rôle de la peau est un rôle de protection. Elle représente la barrière avec le monde extérieur. Elle nous protège des agressions microbiennes et matérielles (chaleur, coups, saletés, etc.) et c'est là sa fonction la plus connue. On peut se demander pourquoi je parle de la peau au niveau du système respiratoire. Elle permet la ventilation cutanée par laquelle elle assiste les poumons dans leur rôle d'assimilation de l'énergie de l'air. Elle va cependant plus loin que le simple échange gazeux, car elle reçoit et transforme le rayonnement solaire par son action dans le métabolisme de la vitamine D. Grâce à plus de 700 000 capteurs nerveux, elle nous permet de ressentir l'environnement, qu'il soit physique (toucher), humain

(réactions épidermiques, émotives, etc.) ou thermique (température).

La peau accomplit aussi une mission d'assistance non négligeable de tout le système d'élimination du corps. Lorsque les reins, la vessie, mais aussi le gros intestin et le poumon sont fatigués ou engorgés, c'est la peau qui prend le relais et aide à évacuer, par la **transpiration** notamment mais aussi les **odeurs**, les **dermatoses**, etc., les toxines que l'organisme n'arrive pas à éliminer autrement.

Il est enfin intéressant de savoir que la peau et, entre autres, la « peau des muscles », c'est-à-dire ce que l'on appelle les « facias », « mémorise » nos expériences et nos émotions. Cela nous permet de comprendre pourquoi le toucher et certaines techniques de massage, comme la Pratique taoïste des Énergies, ont des résultats étonnants, en particulier toutes les manifestations d'ordre psychosomatique.

La peau est l'organe du corps le plus représentatif de la capacité de cicatrisation. Ce miracle, dont la cause profonde est encore inexplicite, permet à un « organisme » de s'autoréparer, de se reconstruire lui-même et est étonnant, tant par sa force que par son efficacité. Tout cela se passe par un processus qui a un certain rapport avec les phénomènes de cancérisation et permet de comprendre que certaines cicatrisations de traumatismes, qui se sont réalisées dans des contextes psychologiques difficiles, aboutissent parfois à la cancérisation de la zone récemment traumatisée.

Le rôle social de la peau est lui aussi fondamental. Elle participe directement au type et au mode de relation que nous avons avec le monde environnant. D'ailleurs, plus

les sociétés et les cultures deviennent « aseptisées », plus elles se distancent de la vie pour ne privilégier que l'intellect et l'apparence et plus le toucher est quelque chose de proscrit. Je parlais, dans l'introduction de ce livre, de l'homme moderne et de son type de communication. Il est amusant de constater qu'aujourd'hui on peut interrompre sans vergogne quelqu'un qui parle mais si par malheur nous le touchons ou le frôlons pour prendre quelque chose sur la table, alors nous nous excusons, comme si ce toucher fortuit était plus incongru et incorrect que le fait de lui couper la parole.

#### *Les maux de la peau*

Les problèmes de peau sont le signe de nos difficultés de vécu par rapport au monde extérieur. **Eczémas, psoriasis, dartres, mycoses, vitiligos, boutons**, sont autant de manifestations de notre réaction face aux agressions, réelles ou non, que nous ressentons de l'extérieur. Elles nous permettent de « justifier » la difficulté de contact avec ce monde et aident en même temps à l'évacuation de la tension ressentie. Ces maux sont d'autant plus significatifs qu'ils se localisent toujours dans des endroits très parlants, si j'ose dire. Plusieurs exemples me viennent à l'esprit.

Le premier d'entre eux est personnel. Il y a quelques mois, j'étais allé en province rendre visite à mes parents et je circulais sur une route que je connais bien. À l'entrée d'une agglomération, je fus gêné par un véhicule qui déboucha, sans respect des règles du code de la route, devant moi. Obligé de freiner brutalement et bien entendu mécontent du comportement de l'autre, je fis un appel de phares au conducteur. Cela n'eut bien entendu

pour effet que de lui déplaire et il ne trouva pas mieux que de ralentir, afin de me prouver qu'il était « plus fort ». Regrettant ma réaction de toute façon inutile, je ne rentrais pas dans l'escalade possible mais quelques centaines de mètres plus loin, ayant un véhicule relativement puissant, je profitais d'un endroit à quatre voies pour dépasser rapidement l'autre conducteur. Cependant, celui-ci accéléra pour m'empêcher de doubler. Ma voiture étant plus puissante, je réussis malgré tout à le doubler mais au prix d'une accélération bien supérieure à celle prévue et, juste au bout de la ligne droite, il y avait un radar. Je fus donc arrêté et verbalisé pour excès de vitesse. Il est clair que mon ressenti d'agression du monde extérieur et même d'injustice fut très fort. Dès le lendemain, une plaque de dartres m'apparut sur la poitrine et en particulier sur le sternum, entre le plexus solaire (émotions brutes, agressions, peurs, etc.) et le plexus cardiaque (émotions élaborées, amour de l'autre et de soi, altruisme, etc.). Tant que je n'eus pas fait la paix à l'intérieur de moi, ces plaques me démangèrent sans arrêt. Mon ami homéopathe à qui j'avais confié l'histoire m'aida à les faire disparaître plus rapidement en drainant mes intestins, car j'avais de la difficulté sans doute à « lâcher », à évacuer l'événement (gros intestin) mais aussi à l'assimiler (intestin grêle).

Le second exemple auquel je pense est encore plus frappant. Une de mes élèves en Pratique taoïste qui s'appelle Christine, souffrait depuis *mai 1988* d'un problème de **psoriasis**. Bien qu'elle fit tous les ans des cures en Israël (mer Morte), il revenait systématiquement et semblait être à chaque fois un peu plus fort. Cette jeune femme, fine et élégante, souffrait beaucoup de cette situation qui l'amenait à cacher de plus en plus d'elle-même

car son corps était de plus en plus atteint. Le psoriasis est une desquamation de la peau qui se présente sous forme de plaques rougeâtres qui ont la particularité d'apparaître la plupart du temps aux articulations, coudes et genoux. Nous voyons là que la tension vécue est associée à une difficulté à plier, à accepter ce qui se passe. Comme la peau est le premier organe d'échange, il semble que ceux que nous avons avec le monde extérieur soient insatisfaisants. Après quelques séances de travail sur les énergies, l'identification et la libération des mémoires émotionnelles cachées, Christine vit son psoriasis diminuer puis disparaître complètement au mois de *mai 1990* (tiens, quel hasard que ce soit à nouveau en mai...). Elle n'en a plus jamais eu depuis.

#### □ Le système urinaire

Il nous permet de gérer les liquides organiques et d'éliminer les toxines du corps. Il se compose des reins et de la vessie. C'est ce système qui filtre, stocke et évacue les « eaux usées » de notre organisme, alors que le gros intestin évacue nos matières organiques. L'un élimine le solide alors que l'autre élimine le liquide. Ce rôle est fondamental car l'eau du corps est un vecteur essentiel de la mémoire profonde des individus. Le Principe énergétique de l'Eau est d'ailleurs intimement lié à la mémoire ancestrale. Nous sommes là en présence de l'activité la plus occulte et la plus puissante du corps humain, celle de la gestion des « eaux souterraines » et de la fertilité (fécondité).

#### *Les maux du système urinaire*

Ils signifient que nous vivons des tensions sur nos croyances profondes, celles sur lesquelles nous construisons notre vie et qui représentent nos « fondations ». Ils signifient que nous avons des peurs et des résistances face aux éventuels changements de notre vie, que nous avons peur d'être déstabilisés par des obligations de changer. Ils nous parlent aussi de nos peurs profondes, fondamentales, comme la peur de la mort, de la maladie grave ou de la violence.

#### • *Les reins*

Ce sont deux organes essentiels au processus de gestion et de filtrage des liquides organiques et du sel dans le corps. Filtrant plus de 1 500 litres de sang par jour, ils trient, extraient les toxines du sang et les transforment en urine. Ce sont eux qui régulent le niveau d'eau et de sels minéraux en les extrayant du sang et en les restituant en fonction des besoins. Ils facilitent ainsi la capacité de résistance et de récupération à l'effort. Nous voyons comment cela rejoint complètement leur rôle « énergétique ». Ils s'appuient sur la vessie pour évacuer les urines du corps.

Ils jouent enfin un rôle très important dans le stress et les peurs, et dans leur gestion. Par l'intermédiaire des glandes surrénales (médullosurrénales et corticosurrénales), ils sécrètent en effet des hormones qui vont déterminer notre comportement face au stress et aux peurs. Les médullosurrénales vont sécréter de l'adrénaline et de la noradrénaline qui vont impliquer nos réactions de fuite ou de lutte. Les corticosurrénales vont, quant à elles, sécréter des corticoïdes naturels qui vont contrôler le

niveau « inflammatoire » de notre réaction, c'est-à-dire son intensité émotionnelle, passionnelle au niveau cellulaire.

#### *Les maux des reins*

Ils nous parlent de nos peurs. Qu'elles soient profondes et essentielles (la vie, la mort, la survie) ou bien en relation avec le changement. Les problèmes rénaux peuvent signifier que nous avons de la difficulté à lâcher sur des habitudes ou des vieux schémas de pensée ou de croyance. Cette résistance au changement peut être due soit à des peurs, à une insécurité, soit à un refus de bouger, à un entêtement sur des croyances profondes que nous refusons d'abandonner, bien que tout semble nous y amener pour ne pas dire forcer. Cette cristallisation sur de vieux schémas peut aller jusqu'à se traduire par une cristallisation équivalente au niveau des reins (calculs). Ces maux s'accompagnent aussi souvent de tensions, voire de douleurs au niveau lombaire.

Les souffrances rénales signifient aussi que nous avons vécu une situation de peur violente et viscérale (accident, attentat, etc.), dans laquelle nous avons eu conscience de frôler la mort, de l'avoir vue de près. Il arrive même parfois que, dans certaines situations, les cheveux (qui dépendent énergétiquement des reins) blanchissent brutalement.

Les maux des reins peuvent enfin exprimer notre difficulté à mettre ou à trouver de la stabilité dans notre vie, à trouver le juste milieu entre l'activité, l'agressivité et la défense qui appartiennent au rein gauche et la passivité, l'écoute et la fuite qui appartiennent au rein droit. C'est pourquoi ces tensions rénales nous expriment parfois notre difficulté à décider dans notre vie et à faire ensuite

ce qui convient pour que ce que nous avons décidé se produise

#### • *La vessie*

Elle reçoit, stocke et élimine les liquides organiques chargés en toxines qui lui ont été confiés par les reins. Cette gestion des urines est loin d'être aussi anodine qu'elle le semble car si la vessie ne joue pas son rôle, le corps va s'intoxiquer complètement. Elle est au niveau du système urinaire l'équivalent du gros intestin pour le système digestif. Elle est le dernier stade du processus de gestion et d'élimination des liquides organiques et, par extension, énergétique des « vieilles mémoires ».

#### *Les maux de la vessie*

Ils sont le signe de nos difficultés à évacuer nos « eaux usées », c'est-à-dire nos vieilles mémoires qui ne sont plus satisfaisantes. Croyances anciennes, vieilles habitudes, schémas de pensée inadaptés à la situation présente sont autant de ces « mémoires » qui « intoxiquent » notre esprit, comme les toxines le font pour le corps. Lorsque les énergies de la vessie fonctionnent correctement, ces « toxines » sont éliminées sans problème. Les tensions ou les douleurs nous disent en revanche que cela se passe moins bien. Elles signifient que nous avons peur d'abandonner ou de changer ces habitudes, ces croyances, ces schémas ou ces modes de pensée ou d'action. Un trop grand attachement à des mémoires, satisfaisantes ou non, nous amène parfois à rester figés dans notre vie, à nous cristalliser, au risque d'en souffrir (bien que nous trouvions fréquemment aussi un certain bénéfice, ne serait-ce que par un confort intérieur plus facile dans l'instant).

Ces situations se traduisent par des tensions sur la vessie et les **cystites** ou autres inflammations nous parlent de cela en nous disant, en plus, qu'il y a en nous une colère ou une révolte face à notre attitude.

Les maux de la vessie peuvent aussi signifier que nous avons des peurs par rapport aux « ancêtres » que nous n'arrivons pas à dépasser. Les garçons qui ont peur (justifiée ou non) de leurs parents, et en particulier du père, ou parfois de leurs représentations (grands-parents, professeurs, etc.) l'expriment souvent par des énurésies (pipi au lit : incontinence urinaire de nuit). Les filles ont plutôt tendance à exprimer les mêmes craintes par des cystites répétitives.

#### □ Le système circulatoire

Il a la charge de la circulation sanguine dans tout le corps. C'est grâce à lui que le précieux liquide qu'est le sang peut circuler et aller nourrir en oxygène et en nutriments la plus infime partie de notre organisme. Mais c'est aussi cette circulation qui lui permet de jouer son rôle de purification, car il transporte les toxines rejetées par les cellules et élimine le gaz carbonique échangé contre de l'oxygène. Cette fonction est donc celle de la répartition de la vie dans tout le corps, celle qui consiste à amener partout ce qui donne la vie et par extension la joie de vivre. Le système circulatoire se compose du cœur, du système veineux et du système artériel, et parcourt l'organisme tout en décrivant une sorte de huit qui ressemble étrangement au schéma représentant les Cielles Antérieur

et Postérieur, le Conscient et le Non-Conscient. Quel hasard...

#### *Les maux du système circulatoire*

Les problèmes circulatoires signifient que nous avons des difficultés à laisser la vie circuler librement en nous et que notre joie de vivre, notre amour de la vie, a de la peine à s'exprimer, voire même à exister en nous. Quelle partie de nous-mêmes n'aimons-nous pas au point de ne plus laisser la vie aller la nourrir? Quelle partie de notre vie rejetons-nous? Quel traumatisme émotionnel a fait que nous n'avons plus eu de place pour la joie ou l'amour ou bien pourquoi nous font-ils peur? Voilà autant de questions que notre Maître Intérieur peut nous envoyer à travers les tensions, si j'ose dire, du système circulatoire.

#### • *Le cœur*

C'est l'organe principal de la circulation sanguine. Il est la pompe maîtresse de cette circulation, mais une pompe intelligente et autonome dont la finesse de réaction est extraordinaire. Par son rythme, il est capable de répondre instantanément à la moindre sollicitation, qu'elle soit physiologique (effort) ou psychologique (émotion). En étroite relation avec le cerveau, il est capable de réguler très précisément les pressions et les rythmes circulatoires nécessités par les circonstances environnementales. C'est lui qui commande, dirige notre capacité d'adapter les réactions intérieures aux exigences extérieures. Le cœur est un muscle dit « involontaire », c'est-à-dire qui fonctionne en dehors de notre volonté consciente. Sa relation avec notre Inconscient est forte et explique l'influence importante de nos émotions conscientes et inconscientes

sur notre rythme cardiaque. Siège traditionnel de l'amour et des émotions, sa relation privilégiée avec le cerveau, qui dépend de lui en énergétique, nous montre combien un amour véritable ne peut se contenter d'être passionnel mais qu'il se doit d'être aussi « intelligent ». Il risque sinon l'aveuglement.

#### *Les maux du cœur*

Ils nous parlent de nos difficultés à vivre l'amour et à gérer nos émotions qui ont tendance à prendre le pas sur le reste dans notre vie. Ils peuvent signifier aussi que nous laissons trop de place au ressentiment, à la haine, à la violence, que nous re foulons ou exprimons par des biais (sport, jeux, blessures). Pendant ce temps-là, la place de l'amour de la vie, de nous-mêmes, des autres, de ce que nous faisons diminue chaque jour. Or, rappelons-nous que le cœur distribue le sang en nous. Si nous cultivons des états émotionnels négatifs, ils vont être distribués de la même manière. On dit en énergétique que l'état du Cœur et du Chenn (sa représentation spirituelle) se voit au teint de la personne et à l'éclat de ses yeux, de son regard.

Les **palpitations**, les **tachycardies**, les **infarctus** et autres problèmes cardiaques expriment toute notre peine à gérer nos états émotionnels ou, au contraire, à leur laisser la possibilité de s'exprimer, de vivre en nous. La prise trop au sérieux de la vie et de tout ce qui s'y passe, l'absence de plaisir dans ce que nous faisons ou ressentons, le peu d'espaces de liberté et de décontraction fragilisent les énergies du cœur et peuvent se traduire par des tensions cardiaques. Mais l'excès de plaisir ou de passion

fragilise aussi les énergies du Cœur et peut se traduire par les mêmes effets.

#### • *Le système veineux*

C'est celui que nous connaissons comme représenté en bleu sur les planches d'anatomie de notre enfance. C'est lui qui véhicule le sang « usé » vers le foie et les reins pour son filtrage et vers les poumons pour évacuer le gaz carbonique et se recharger en oxygène. Il s'agit de la partie Yin du système circulatoire, celle qui reçoit et conserve. Par ses alvéoles et sa capacité de dilatation, le système veineux a une action « passive » (Yin) dans la circulation.

#### *Les maux du système veineux*

Les problèmes veineux expriment notre difficulté à accepter, à recevoir la vie, la joie de vivre, l'amour et à leur laisser une place en nous. Nous avons de la peine à empêcher les émotions de stagner en nous. Le vécu est ressenti comme morne, sans passion et sans joie. Nous avons la sensation de ne pas savoir, d'être impuissant à faire vivre en nous, ou en rapport avec les autres, nos envies ou nos désirs de bonheur. Ils stagnent alors en nous et laissent se développer parfois un sentiment d'abattement ou d'impuissance. **Phlébites** ou **varices** expriment notre sentiment de subir, d'être obligés d'accepter des choses qui nous « empêchent » d'être vraiment heureux.

#### • *Le système artériel*

C'est celui qui est représenté en rouge sur les mêmes planches d'anatomie. C'est lui qui transporte le sang enri-

chi d'oxygène et de nutriments vers les organes et les cellules. C'est la partie Yang de notre système circulatoire qui exerce une assistance « active » du cœur dans la circulation. Par sa capacité à se contracter, le système artériel soulage en effet le travail du cœur. Il s'agit de ce que l'on appelle la vasoconstriction et la vasodilatation.

#### *Les maux du système artériel*

Ils nous parlent de tensions équivalentes à celles du système veineux mais dans le sens actif. Les émotions sont excessives et se manifestent en excès (jovialité, excitation, etc.) ou bien sont retenues, étouffées. La difficulté, voire l'incapacité, à faire ce qu'il faut dans notre vie pour y ressentir la joie, le plaisir ou le bonheur se traduit par des hypertensions artérielles. Contrairement au système veineux, nous n'avons pas l'impression d'être empêchés mais plutôt de ne pas savoir, de ne pas pouvoir, de ne pas être ou avoir été capables de faire une place à l'amour, à la joie de vivre.

L'**hypertension** nous montre une grande tension due à la volonté de recherche de solution, mais la peur, souvent présente, empêche nos émotions d'exister, ce qui fait monter la pression à l'intérieur. Tout prend des proportions excessives qui nous effraient. Cette peur nous cristallise et durcit la paroi de nos artères, augmentant ainsi par l'**artériosclérose** le phénomène de la tension. L'une des peurs de fond associées à l'hypertension est celle de la mort; nous avons peur qu'elle n'arrive avant que nous ayons pu faire ce que nous avions à faire. Le sentiment d'urgence se développe alors en nous et fait encore plus « monter la pression ». Ici aussi, nous retrouvons les liens avec l'homéopathie qui utilise

*Aconit* pour traiter l'hypertension artérielle mais aussi la peur de la mort et toutes celles qui se construisent sur un processus de panique.

L'**hypotension** nous parle de la défaite, de notre sentiment de victime. Vaincus par les événements, sans issue, nous ne sommes plus à même de faire monter la pression pour relancer la machine. La dynamique de fond est passive et le découragement prend le pas sur le sens de la lutte. Nous avons sans doute manqué d'amour dans notre vie, de cette nourriture qui procure ou au moins facilite la joie et les raisons de vivre, de sentir notre cœur battre en nous. Cette flamme nous a manqué ou peut-être ne l'avons-nous pas entretenue.

#### □ **Le système nerveux**

Il peut être considéré comme le « tertiaire » de notre corps. C'est le centre de commande et de gestion des informations. Il centralise, stocke, restitue et fait circuler les données innées ou acquises par l'individu, lui permettant d'exister et d'évoluer dans son environnement. Il est clair pour chacun de nous que le rôle du système nerveux est essentiel et qu'il participe à la moindre activité de notre organisme. Il se divise en deux : le système nerveux central et le système nerveux autonome, appelé aussi système neurovégétatif. Au niveau organique, il est composé du cerveau, de la moelle épinière et des nerfs (périphériques, sympathiques et parasympathiques).

• *Le système nerveux central*

Il est celui qui gère la pensée, les mouvements conscients et toutes les sensations. Il se compose de l'encéphale, de la moelle épinière et des nerfs périphériques. Toute pensée consciente, toute décision et toute action volontaire passent par le système nerveux central.

*Les maux du système nerveux central*

Ils sont le signe de nos difficultés à gérer consciemment et intellectuellement notre vie et nos émotions. Dureté, excès de travail, tendance à vivre et à résoudre les choses par la pensée, et non par les sentiments vont se manifester par des déséquilibres, des maladies ou des tensions du système nerveux central. Mais aussi, plus gravement, l'**épilepsie**, avec ses moments dits « de processus automatique », représente une déconnexion de ce système nerveux central au profit du système autonome.

• *Le cerveau*

Il est l'ordinateur central. C'est en lui que s'élaborent les pensées, que se stockent la plupart des informations et que se prennent les décisions conscientes. Plusieurs découpages existent pour ce cerveau.

Le premier est celui qui se fait par hémisphères. Il y a l'hémisphère droit et l'hémisphère gauche. Ce dernier a en charge la pensée, le raisonnement, la logique, le langage. Il gère donc tout ce qui touche au rationnel, au Conscient et au volontaire. Il commande principalement la partie droite du corps (main, jambe, etc.). L'hémisphère droit a, quant à lui, la charge de l'imaginaire, de l'artistique, de l'espace, de l'intuition, de l'affect, de la

mémoire, qu'elle soit auditive, visuelle ou sensorielle. Il gère tout ce qui touche à l'irrationnel, à l'Inconscient et à l'involontaire. Il commande principalement le côté gauche du corps (main, jambe, etc.). Je précise cependant qu'il s'agit de la latéralisation des actions motrices du corps et non de celle des manifestations symptomatiques, car c'est une source très fréquente d'erreur d'interprétation.

Le deuxième « découpage » du cerveau est celui des « trois cerveaux », connu grâce notamment aux travaux du professeur Henri Laborit. Il y a le cerveau dit « reptilien », qui est celui de l'instinct, des pulsions de vie et de survie, des actes réflexes. C'est le premier cerveau de l'homme, son plus ancien dans la compréhension évolutionniste. Il y a ensuite le cerveau dit « limbique », qui est celui des émotions, de l'adaptation au milieu environnant, à la relation aux autres, du filtrage des informations perçues. Il y a enfin le cerveau dit « cortical », ou néocortex, qui est celui de la réflexion, de l'analyse, de l'abstraction, de la création et de l'imagination. Nous pouvons voir, à travers la structuration de ces trois cerveaux, la construction de l'homme et ses trois phases, animale, émotive et sociale, et enfin analytique et créative.

Le troisième découpage est celui des « cinq cerveaux » (Cinq Principes?) du physicien américain Ned Hermann. Il a, en fait, pris en compte les deux premiers découpages en les intégrant l'un à l'autre. Nous pouvons rapprocher cela des vertèbres sacrées qui sont 3 + 2 et des lombaires qui sont 5. Nous avons alors le cerveau reptilien, le cerveau limbique droit, qui a la charge de l'émotivité et de la spiritualité, le cerveau limbique gauche, qui a la charge de l'organisation et de la concrétude, le cerveau cortical

droit, qui gère la synthèse et la créativité, et enfin le cerveau cortical gauche, qui gère la logique et la technique. Il est très intéressant de constater que nous pouvons trouver une relation directe entre ces cinq cerveaux et les Cinq Principes énergétiques chinois. Le cerveau reptilien correspond au Métal, le limbique droit au Feu, le limbique gauche à l'Eau, le cortical droit au Bois et le cortical gauche à la Terre.

Cela étant, il est essentiel de comprendre que ces découpages sont analytiques et explicatifs. Ils signifient des « dominantes » mais ne correspondent en aucune manière à un découpage physique ou fonctionnel marqué. Toutes les fonctions et les parties du cerveau sont en étroite relation entre elles, en interaction permanente et participent à la même dynamique cérébrale.

#### *Les maux du cerveau*

Les problèmes cérébraux sont le signe de notre difficulté à gérer, par la pensée, les situations de notre vie. La conscience « consciente » domine et veut tout régler ou comprendre mais n'y arrive pas. Notre rapport à la vie est construit sur la raison, la logique rationnelle et le raisonnement. Les tensions ou les pathologies cérébrales expriment cette volonté de tout régler par la pensée, dure et sans émotion. On ne fait pas de sentiment ou on ne s'embarrasse pas d'états d'âme liés à d'éventuelles émotions qui ne peuvent qu'être parasites, soit parce que nous en avons peur, soit parce qu'elles ne nous satisfont pas et nous semblent inutiles. Seule l'efficacité directe et apparente compte, souvent comprise et matérialisée par le côté gestionnaire et « financier » de la vie.

Le fait de raisonner toutes choses en termes de rentabi-

lité aux dépens du côté humain, si caractéristique des « managers » actuels, se traduit souvent par des problèmes cérébraux. Partant de la simple **migraine** en passant par les **vertiges**, les **troubles de la concentration** et de la **mémoire**, puis les **problèmes circulatoires**, ils finissent parfois par des **tumeurs** ou des « **karochi** ». Ce disjonctage total dû au surmenage, qui s'appelle *burn out* en Amérique du Nord, fait des ravages au Japon en tuant des milliers de personnes et commence à apparaître chez nous. Le terme *burn out*, qui veut dire carbonisé, est intéressant quand on le rapproche du fait que nous sommes ici dans le Principe du Feu.

Ces manifestations du déséquilibre de notre rapport à la vie apparaissent la plupart du temps chez les citadins ayant une activité professionnelle de bureau ou intellectuelle. Elles sont beaucoup plus rares chez ceux qui ont une activité manuelle ou physique qui les oblige à rester « connectés » avec la vie réelle, le Principe de la Terre.

Les déséquilibres cérébraux nous parlent enfin de notre difficulté à laisser de la place au plaisir et à la joie simple dans notre vie. Nous trouvons là l'une des relations intimes qui existent entre le cerveau et le Cœur qui gère ce dernier au niveau énergétique. La prédominance de la raison implique le besoin d'avoir raison et de fuir l'erreur qui n'est vécue que comme un signe de faiblesse. On refuse ainsi la composante humaine de l'erreur, sa nécessité et sa dimension expérimentale et évolutive, pour ne plus en retenir que la notion de faute et par conséquent de culpabilité. Ce blocage des idées s'accompagne d'une grande difficulté à changer d'opinions et de modes de pensée et peut se traduire par des

**tensions cérébrales, des migraines ou des maux de tête.**

• *La moelle épinière*

Elle est la partie du système nerveux qui descend à l'intérieur de la colonne vertébrale. Elle joue un rôle de transmetteur des données et des consignes cervicales vers toutes les parties du corps. Mais elle possède aussi une certaine autonomie, en ce sens que certains réflexes (réflexe du genou, par exemple) sont directement gérés par elle. Composée à la fois par des fibres nerveuses (substance blanche) et par des neurones (substance grise), elle utilise un système de « boucle ». Ce bouclage fait qu'un stimulus douloureux, par exemple, n'a pas besoin d'aller jusqu'au cerveau pour provoquer la réaction musculaire, l'information venant de la zone touchée allant directement au muscle.

*Les maux de la moelle épinière*

Ils nous montrent notre empêchement à traduire nos idées ou nos pensées dans la réalité. Ils expriment notre difficulté à agir et même à réagir, c'est-à-dire sans réflexion par rapport à un contexte donné. Ils nous parlent enfin de notre refus de laisser la vie et la joie de vivre s'exprimer par nos actes ou nos réactions. **Paralysies, myélites, méningites cérébrospinales** nous empêchent d'agir ou de réagir, de « faire » et, par conséquent, de nous tromper, de commettre des erreurs.

• *Les nerfs*

Ils sont nos « câblages » personnels qui permettent de mettre notre ordinateur central (le cerveau) en relation avec nos périphériques (organes, muscles, cinq sens, etc.). Pour le système nerveux central, ils sont de deux types, sensitifs ou moteurs. Les nerfs sensitifs sont ceux qui transmettent les informations perçues vers le cerveau ou la moelle épinière. Les nerfs moteurs sont ceux qui transmettent les ordres du cerveau ou de la moelle épinière vers la partie du corps concernée.

*Les maux des nerfs*

Ils expriment notre difficulté à faire passer les pensées, les désirs ou les envies dans le réel. La transmission « lâche » et les commandes ne fonctionnent plus. Qu'est-ce que je ne veux pas faire, ou bien qu'ai-je peur de faire? Qu'est-ce qui me paralyse? Ce sont autant de questions exprimées par les souffrances ou les blocages du système nerveux. Un des cas typiques est celui de la **sciatique paralysante** qui « bloque » complètement le nerf sciatique et nous empêche ainsi de marcher, de nous déplacer, voire même de tenir debout (voir le chapitre sur les membres inférieurs page 141). Selon le côté touché, que se passe-t-il dans notre vie relationnelle? Quelle est la personne vers laquelle nous ne voulons plus aller, avec qui nous ne voulons plus de relations telles qu'elles existent aujourd'hui, ou plus simplement plus de relations du tout?

La **cruralgie** est à ce titre fort intéressante car ce pincement du nerf crural se manifeste entre autres chez les hommes par des douleurs parfois très gênantes dans l'un

des deux testicules. Les mêmes questions que celles que j'ai posées pour la sciatique paralysante peuvent donner des réponses particulièrement « intéressantes », même si elles ne sont pas obligatoirement bienvenues ou acceptées.

Nous pouvons, en tout cas, voir combien la localisation du nerf touché nous renseigne précisément sur le motif de « l'incapacitation » recherchée. Il suffit alors de nous reporter à la partie du corps concernée pour pouvoir faire la liaison entre les deux.

#### • *Le système nerveux autonome*

Aussi appelé système neurovégétatif, il a la charge de toute l'activité non consciente de l'individu. Les fonctions organiques (circulation sanguine, digestion, respiration, etc.), mais aussi psychologiques, émotives et de défense (chair de poule, vomissement, rougeur au visage, instinct de fuite ou d'agressivité, etc.), dépendent de lui. Alors que le système nerveux central est en relation avec les muscles striés, il commande, quant à lui, les muscles lisses. Il comprend le système parasympathique et le système sympathique. Le système parasympathique a la charge de tout ce qui touche à l'activité de routine de l'organisme, comme les fonctions organiques, alors que le système sympathique a la charge des activités d'excitation, de défense et d'urgence comme l'agressivité, la fuite. Le système neurovégétatif est géré par l'hypothalamus et le bulbe rachidien.

#### *Les maux du système nerveux autonome*

Les déséquilibres du système neurovégétatif expriment notre difficulté à relier en nous le Conscient et le Non-

Conscient. Ils nous disent que notre Non-Conscient a de la difficulté à gérer les sollicitations qui viennent du monde extérieur et notamment les émotions. Il se passe alors un phénomène de saturation du système central conscient qui ne peut plus diriger notre activité physique, car le système neurovégétatif prend les commandes. Il nous « oblige » à faire ou à ne pas pouvoir faire un certain nombre de gestes, d'actes ou nous empêche d'avoir accès à certains niveaux de conscience ou de mémoire. Toutes les manifestations de la « fameuse » **spasmophilie**, comme les **tremblements**, les tics dits « nerveux », les **nausées**, les **migraines**, les **crampes**, les **crises de tétanie** sont les expressions de cette difficulté intérieure à maîtriser et à répondre correctement aux sollicitations du monde extérieur.

#### □ **Le système reproducteur**

Comme son nom l'indique, il permet à l'être humain de se reproduire. Il est composé des organes sexuels, des glandes sexuelles (testicules, ovaires) et de l'utérus chez les femmes. À travers ce système extrêmement élaboré, la descendance humaine se perpétue par la rencontre entre un homme, de nature Yang et pénétrante, et une femme, de nature Yin et réceptrice. La vie nous montre ainsi à quel point l'évolution ne peut se faire que par la rencontre des inverses. Cela peut nous faire comprendre combien il est nécessaire de réaliser la même chose en nous pour pouvoir évoluer. Il nous faut aller à la rencontre de l'autre aspect de nous-mêmes, de notre partie « Yin, féminine » si nous sommes des hommes et de notre

partie « Yang, masculine » si nous sommes des femmes. Il ne s'agit pas là de sexualité bien sûr, mais de ce que C.G. Jung appelait l'*Anima* (féminin) et l'*Animus* (masculin). Il s'agit de notre côté doux, tendre, passif, artistique, esthétique, accueillant, non conscient, profond (féminin) et de notre côté ferme, fort, actif, guerrier, défensif, pénétrant, conscient, superficiel (masculin). Il nous est alors possible de grandir, d'évoluer et d'arriver progressivement à ce que j'appelle « la paix des inverses » (que Jung qualifiait de « réconciliation des opposés »), l'Unité en nous, créant, enfantant ainsi un autre nous-mêmes. Ce qu'il est intéressant de noter, c'est que cette (pro)création a tout à fait la possibilité de se réaliser dans le plaisir et la joie (jouissance, orgasme) ainsi que la vie l'a prévu. À méditer par ceux dont la démarche de développement personnel se pratique dans la volonté, la force, la contrainte ou l'urgence.

Le système reproducteur est, bien entendu, celui qui nous permet de procréer, de donner la vie physiquement. À travers lui et par extension, il s'agit aussi de notre capacité générale à créer, à enfanter (projets, idées, etc.), dans le monde matériel.

Il est enfin le système de la sexualité, c'est-à-dire de notre capacité à créer dans la jouissance. Il représente notre action sur l'autre, notre pouvoir sur lui car celui-ci s'abandonne à nous, comme nous à lui, dans cette relation particulière. Ce pouvoir doit donc être réciproque et respectueux et il est encore plus grand lorsqu'il est appuyé sur l'amour. Il a, enfin, comme je le signalais tout à l'heure, la particularité de procurer du plaisir, de pouvoir (si j'ose dire) se vivre dans la jouissance puisqu'il est ponctué normalement par l'orgasme. Celui-ci représente

la jouissance suprême de la création, de l'action créatrice et fécondatrice, partagée avec l'autre.

#### *Les maux du système reproducteur*

Ils nous parlent de notre difficulté à vivre ou à accepter cette « paix des inverses » à l'intérieur de nous. Ils peuvent se manifester de différentes manières mais signifient toujours une tension par rapport à l'autre, qu'il soit notre conjoint, notre enfant ou leurs représentations en nous ou à l'extérieur de nous. C'est particulièrement le cas des problèmes à l'utérus, qui représente le couple, le foyer, le nid, et qui signifient souvent des tensions ou des souffrances par rapport au conjoint (absence, frustration, décès, conflit, etc.), ou par rapport à la place de chacun dans le foyer.

Ils expriment aussi notre peur, notre crainte à enfanter, que ce soit réellement (enfant) ou symboliquement (projets, idées, etc.), par manque de confiance, par culpabilité ou angoisse. Les douleurs aux testicules ou aux ovaires nous parlent de cela, que ce soit du fait d'une **cruralgie**, d'un **kyste** ou d'un **cancer** de ces glandes reproductrices.

Les **maladies dites « sexuellement transmissibles »** représentent souvent des autopunitions, inconsciemment provoquées par une culpabilité face à une activité sexuelle développée en dehors des normes reconnues par la personne ou son environnement. Cette culpabilité, consciente ou non, l'amène à se punir elle-même par un acte « manqué », si j'ose dire, et à rencontrer sexuellement celui ou celle qui va lui transmettre une maladie « honteuse ».

À travers la **frigidité**, l'**impuissance** ou les **douleurs**

et **inflammations diverses** qui « empêchent » la sexualité, nous exprimons notre difficulté à vivre les plaisirs de la vie et en particulier de l'activité, qu'elle soit professionnelle, sociale ou familiale. Nous ne nous permettons pas d'éprouver du plaisir, de la satisfaction, voire de la jouissance, dans l'exercice de notre pouvoir personnel sur les choses ou les autres. Tout cela nous semble trop sérieux ou bien coupable et nous ne savons plus, comme l'enfant, éprouver la joie simple d'avoir fait quelque chose qui « marche » et dont nous sommes fiers. Nous croyons que ce pouvoir est honteux ou négatif, alors qu'il peut être créatif et fécond car ce qui lui donne la coloration positive ou négative, c'est l'usage que nous en faisons et les intentions que nous y mettons, de la même manière que le pouvoir que donnent l'amour et la sexualité peut créer ou détruire, libérer ou aliéner, animer ou éteindre l'autre et soi-même.

### *Les autres parties du corps et les maux particuliers*

Après la présentation des grands systèmes organiques, nous allons aborder maintenant les parties du corps n'appartenant pas directement à l'un d'entre eux mais fréquemment utilisées par notre Maître Intérieur pour nous « parler ».

#### • *Le visage et ses maux*

Le visage a la particularité de regrouper les cinq sens, à savoir la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher. Représentant l'identité, il est aussi le siège privilégié de la per-

ception « fine » du monde extérieur à travers des capteurs élaborés qui permettent de percevoir des niveaux élaborés du monde matériel (couleurs, sons, saveurs, odeurs et températures). À travers eux, nous allons exprimer nos difficultés à percevoir ou à accepter ces niveaux en nous. Nous pouvons le faire à travers les yeux, les oreilles, le nez, la bouche ou la peau.

Les problèmes généraux du visage vont nous parler d'un problème d'identité, d'une difficulté à accepter celle que nous avons ou croyons avoir. **Acné, eczéma, rougeurs**, mais aussi **barbe, moustache**, etc., expriment autant de moyens montrant nos difficultés à accepter ce visage, soit parce qu'il nous déplaît, soit parce qu'il est trop beau et qu'il attire plus que nous le souhaitons. Ce sont autant de façons de le cacher ou de l'enlaidir, de changer ou de rejeter une image d'identité qui ne nous satisfait pas.

#### • *Les yeux et leurs maux*

Les yeux sont les organes de la vision. Grâce à eux, nous pouvons voir le monde extérieur, en couleur (qui est la représentation du sentiment) et en relief (qui est la représentation de la structure) du fait de la présence de deux yeux. L'œil droit, qui représente la structure de l'individu (Yin), donne la vision « horizontale » et l'œil gauche, qui représente la personnalité de l'individu, donne la vision « verticale ». Ils sont associés à l'énergie du Principe du Bois et représentent de ce fait le niveau de perception le plus en relation avec les sentiments et « l'être ». Cela nous permet de comprendre plus aisément pourquoi de nombreuses **myopies** apparaissent à l'adolescence qui, rappelons-nous (voir aussi la scoliose

page 137), est la période de la vie où l'enfant étalonne ses repères affectifs face au monde extérieur, en dehors de la structure familiale.

Les maux des yeux signifient donc que nous avons de la difficulté à voir quelque chose dans notre vie et en particulier quelque chose qui nous touche au niveau affectif. Qu'est-ce que je ne veux pas voir? Qu'est-ce qui remet mon être en cause ou l'idée de la place que je lui fais? Il est fréquent que ce questionnement soit associé à un ressenti d'injustice. S'il s'agit de l'œil droit, la tension est en relation avec la symbolique Yin (la mère) et s'il s'agit de l'œil gauche, ce que l'on refuse de voir est en relation avec la symbolique Yang (le père).

Je pense au cas de Pascal que j'avais cité pour le fémur (voir page 159). À l'âge de 9 ans et demi, il perdit son père dans un accident de voiture pendant son travail. Cette disparition dut, de fait, être acceptée dans le Conscient et le mental mais ne le fut pas dans le Non-Conscient. À la date de son anniversaire suivant, six mois après cette disparition, l'enfant eut brutalement l'œil gauche qui se mit à enfler. Malgré une hospitalisation et des analyses multipliées, le corps médical ne put rien trouver. Les médecins décidèrent, devant l'enfant qui n'était pas censé comprendre, de l'opérer le lendemain pour « voir ce qu'il pouvait y avoir dans l'œil ». Le lendemain matin, au réveil, l'œdème avait complètement disparu. Manifestement, l'enfant refusait de « voir », d'accepter de percevoir quelque chose en rapport avec le Yang (père). La peur de l'intervention lui a fait stopper immédiatement l'expression de la tension qu'il préférait étouffer en lui. Cependant, plusieurs années plus tard, à l'âge de 28 ans, il eut à son tour un accident de voiture, lui aussi en rentrant de son

travail, et au cours duquel il se fractura le fémur gauche (voir page 159). Précisément à cette époque, il vivait une phase difficile de conflit et de fuite par rapport à tout ce qui pouvait représenter une forme d'autorité, qu'elle soit sociale ou familiale. Il revivait, sans en avoir conscience, ce qu'il avait vécu à l'époque de la mort de son père, à savoir « quelle est ma place, qui suis-je, personne ne peut me comprendre ou m'aider, pourquoi cette injustice, etc. ? »

Chaque type de manifestation oculaire va apporter une précision particulière.

La **myopie**, qui est une difficulté à voir loin, représente la peur inconsciente de l'avenir qui nous semble trouble, c'est-à-dire mal défini; ce qui est flou.

La **cataracte**, qui se caractérise par un assombrissement, voire une disparition totale de la vue, exprime notre peur du présent ou de l'avenir qui nous paraissent sombres.

La **presbytie**, qui se manifeste par une difficulté à voir les objets proches, représente notre crainte de voir ce qui est présent ou dans un très proche avenir. Cette « maladie », qui touche principalement les personnes âgées, est étonnamment similaire à la mémoire qui suit le même processus chez elles, puisqu'elles se souviennent de moins en moins des choses récentes et, au contraire, de plus en plus clairement des choses lointaines. Elle est à associer notamment à l'approche de la mort qui représente une échéance que l'on peut ne pas avoir « envie de voir ».

L'**astigmatisme** se caractérise par le fait de ne pas voir les objets exactement comme ils sont mais « déformés ».

Cela symbolise notre difficulté à voir les choses (ou nous-mêmes) telles qu'elles sont dans notre vie.

• *Les oreilles et leurs maux*

Les oreilles sont les organes de l'ouïe. Elles nous permettent de capter, de recevoir puis de transmettre, en les codant, les messages sonores. Elles sont en relation avec le Principe de l'Eau et, par extension, avec nos « origines ». Les auriculothérapeutes y « lisent » la forme d'un fœtus renversé et selon les Orientaux, il est possible d'y voir si la personne est ce que l'on appelle « une vieille âme », c'est-à-dire quelqu'un « qui n'en est pas à sa première vie ». Le son « créateur » a été la première manifestation dans notre Univers. Nos oreilles nous relient à nos origines et sont l'un des signes de l'immortalité et de la sagesse (Bouddha). Par extension, elles sont la représentation de notre capacité d'écoute, d'intégration, d'acceptation de ce qui nous vient de l'extérieur, car elles permettent *d'écouter mais aussi d'entendre*.

Les problèmes d'oreilles, **bourdonnements, acouphènes, surdités partielles, sélectives ou totales** sont le signe que nous avons de la difficulté à entendre (voire que nous refusons) ce qui se passe autour de nous. Si la surdité est latéralisée à droite, elle est en rapport avec la symbolique maternelle et si elle est à gauche, avec la symbolique paternelle. C'était, par exemple, le cas de Raphaël qui déclenchait des otites à répétition de l'oreille droite. Or, sa mère avait tendance à beaucoup crier et l'enfant ne supportait pas ces cris incessants.

• *La bouche et ses maux*

La bouche est ce qui nous permet de nous nourrir et aussi de nous exprimer. C'est la porte ouverte entre le monde extérieur et intérieur, par laquelle nous recevons les aliments et, par extension, les expériences de la vie qui sont nos « aliments psychologiques ». Mais elle fonctionne aussi dans l'autre sens, c'est-à-dire de l'intérieur vers l'extérieur. Elle est alors l'orifice par lequel nous exprimons, voire crachons ou vomissons, ce qui est à l'intérieur et qui a besoin de sortir.

La bouche appartient à la fois au Principe de la Terre et au système digestif (phase Yin), au Principe du Métal et au système respiratoire (phase Yang). C'est la porte par laquelle les énergies de la Terre (aliments, expériences) et les énergies du Ciel (air, souffle, compréhension) pénètrent en nous pour devenir notre Énergie Essentielle (voir le chapitre sur les énergies page 77).

Son appartenance au Principe de la Terre et au système digestif signifie son rôle important dans la nutrition alimentaire (nourriture) et psychologique (expérience), et la présence des dents symbolise la capacité à mordre dans cette vie et à mâcher ce qu'elle nous propose pour l'avaler... et le digérer... plus facilement. C'est pourquoi les bébés et les personnes âgées ne peuvent pas ou ne peuvent plus le faire, les seuls aliments qu'ils sont à même d'avaler étant liquides, c'est-à-dire affectifs lorsqu'il s'agit du niveau psychologique.

Les maux de la bouche sont le signe de notre difficulté à mordre dans la vie, à accepter d'ingérer ce qu'elle nous propose, à le mâcher pour mieux le digérer. **Aphtes, inflammations buccales, morsures**, que nous nous fai-

sous **aux joues ou à la langue**, sont autant de signes que ce que l'on nous propose ou que nous disons ne nous satisfait pas. Tous ces maux peuvent signifier que l'éducation que l'on nous donne ou que les expériences que nous rencontrons « ne sont pas de notre goût », qu'elles ont une saveur qui nous déplaît. Ils représentent notre difficulté à accepter de nouvelles saveurs, c'est-à-dire de nouvelles idées, opinions, expériences mais peuvent aussi être le signe d'une saturation, d'un excès d'expériences et, par extension, du besoin de faire la pause.

• *Le nez et ses maux*

Le nez est l'orifice par lequel l'air pénètre dans notre corps et celui par lequel nous percevons les odeurs, c'est-à-dire ce qui émane du monde manifesté. C'est grâce à lui que nous pouvons sentir. Il est associé au Principe du Métal dont il est le sens. Nous respirons par le nez, à travers lequel nous laissons entrer en nous l'énergie de l'air, du souffle (Ciel). Son niveau d'assimilation des énergies est donc plus « fin » que celui de la bouche qui permet d'assimiler le niveau « matériel » de la vie. Il est cependant en étroite relation avec elle par l'odorat qui est l'associé essentiel du goût auquel il donne son « volume », sa coloration. L'association goût/odorat est aussi importante que celle des deux yeux.

Les maux du nez vont nous parler de notre peur de laisser entrer en nous les dimensions « fines » de la vie, tant vis-à-vis de nous-mêmes que vis-à-vis des autres. C'est le rapport à l'intimité, à l'acceptation des informations intimes de nous-mêmes ou de l'autre. Cela nous permet de mieux comprendre, par exemple, le rôle si important que jouent les odeurs dans la sexualité, qu'elle soit végé-

tale, animale ou humaine. **Sinusite, nez bouché, perte de l'odorat** sont autant de signes de notre difficulté à accepter les messages, les informations « intimes » qui nous parviennent. Nous ne « pouvons pas les sentir », elles nous déplaisent car elles « sentent mauvais ». Or, qu'est-ce qui « sent mauvais »? Les excréments, la pourriture et non les fleurs! Qu'est-ce qui sent mauvais dans notre vie, qu'est-ce qui est pourri ou en train de pourrir en nous? Autant de questions à se poser et à mettre en relation avec nos attitudes ou ce que nous « cultivons » en nous ou dans la relation à l'autre et sur la valeur que nous donnons aux choses. À chaque fois que nous disons d'un autre : « Je ne peux pas le sentir » ou « Je ne peux pas le voir », pensons à l'effet miroir et réfléchissons à quelle partie de nous-mêmes, que nous ne voulons pas sentir ou voir, nous sommes ramenés.

Ces **problèmes d'odeur** ou **d'absence d'odeur** expriment sans doute aussi des rancœurs, des amertumes ou des désirs de vengeance que nous laissons mûrir et/ou pourrir en nous. Ils peuvent enfin signifier que notre peur des manifestations de la vie et de l'animalité en nous est grande, car la vie c'est aussi la mort, les excréments, la pourriture. Ces derniers nous sont insupportables parce que nous y plaçons des notions de valeur. Mais nous oublions peut-être trop facilement que les plus beaux légumes et les belles fleurs poussent sur du fumier ou du compost et que la vie se nourrit de la mort qui n'est pas une fin à *la vie* mais une transition *vers la vie*.

• *La gorge et ses maux*

La gorge est la partie du corps dans laquelle passent les deux « conduits » d'alimentation que sont l'œsophage

(nourriture matérielle) et la trachée (air). Elle est aussi le lieu où se situent les cordes vocales et les amygdales. Sur l'avant de la gorge, dans le creux laryngé, se trouve une glande fondamentale, la thyroïde.

La gorge est tout d'abord le lieu par lequel on avale ou plutôt on déglutit ce que l'on a avalé, lui permettant ainsi de pénétrer en nous. Un système réflexe très élaboré nous permet de sélectionner le type d'aliment solide et l'air, et de les diriger vers le réceptacle adéquat, estomac ou poumon. Lorsque cet aiguillage ne fonctionne pas correctement, soit nous nous étouffons, soit nous faisons de l'aérophagie.

Avec les cordes vocales, la gorge est le vecteur et le support de l'expression orale. La parole, les mots ou les cris, dépend d'elle. Elle est donc finalement la porte ou plutôt la douane qui filtre et sélectionne les entrées et les sorties. Quant à la thyroïde, il s'agit de la glande principale, si l'on peut dire, dont dépend l'équilibre de la croissance et de tout le métabolisme humain, ainsi que le développement de notre corps physique (croissance, poids).

En énergétique la gorge est le siège du Chakra dit « de la gorge ». Ce centre énergétique (voir mon précédent ouvrage, *L'Harmonie des Énergies*) est celui de l'expression de soi, de la façon dont nous nous positionnons par rapport au monde extérieur. Il représente notre capacité à reconnaître et à exprimer ce que nous sommes et à recevoir ce qui peut nous enrichir, nous nourrir, nous faire grandir. C'est enfin le siège de notre potentiel d'expression de la créativité.

Les maux de la gorge sont ceux de l'expression « Qu'est-ce que j'ai en travers de la gorge » ou de l'accep-

tation « Qu'est-ce que je n'arrive pas à avaler ». **Extinction de voix, angine, avaler de travers, aérophagie** sont les signes de notre difficulté à exprimer ce que nous pensons ou ressentons, souvent par peur des conséquences de cette expression. Nous préférons alors arrêter les choses « à la douane ». Ces maux sont, par extension, les marques d'un manque d'expression de soi, de ce que l'on est, de ses qualités ou fragilités : « Qu'est-ce que je n'arrive pas à faire passer, à dire? » **L'hyperthyroïdie** (Yang) ou l'**hypothyroïdie** (Yin), par exemple, sont souvent les signes d'une impossibilité à dire ou à faire ce que l'on voudrait. Personne ne peut nous comprendre, nous n'avons pas les moyens de faire « passer » ce que nous croyons, nous avons peur de la non-acceptation par l'autre de ce que nous voudrions dire, nous avons peur de la force ou la violence de ce qui pourrait sortir. Il y a toujours derrière cette non-expression une notion de risque, de danger, qui nous fait arrêter, retenir l'expression. La forme Yang manifeste un désir malgré tout de revanche alors que la forme Yin exprime un abandon face à l'impossibilité de s'exprimer.

#### • Les allergies

Elles sont des réactions de défense excessives de l'organisme face à un « agent » extérieur, normalement banal, sans risque particulier, mais qui est perçu comme un agresseur, un ennemi. Poussières, pollen, acariens, parfums, fruits, etc., sont autant de ces adversaires « imaginaires » contre lesquels l'organisme réagit violemment pour les détruire ou les expulser.

Les **rhumes des foins, allergies cutanées, digestives** ou **respiratoires** nous parlent de notre difficulté à

gérer le monde extérieur qui est perçu comme dangereux ou agressif. Nous sommes en phase de défense, d'agressés, de victimes mais aussi de Jeanne d'Arc. Nous allons bouter l'agresseur hors de nous. Nous sommes réactifs face aux autres et notre premier réflexe, quoi qu'il se passe, est une attitude défensive forte et parfois même réactive. Nous sommes actifs et décidés à nous défendre à tout prix. C'est pour cette raison que les « allergiques » ne développent quasiment jamais de cancer.

• *Les inflammations et les fièvres*

Le feu est en nous et il doit jouer son double rôle : brûler et purifier, alerter et nettoyer, produire de la chaleur et détruire. **Tendinites, fièvres et autres inflammations** sont là pour nous dire qu'il y a le feu en nous, qu'il y a surchauffe, usage excessif ou inadéquat de la partie du corps concernée. Mais comme pour les allergies, l'organisme est actif et, par le feu qu'il déclenche, cherche à alerter, à nettoyer, à purifier la zone touchée. La signification de l'inflammation est toujours à associer à celle du lieu où elle se produit.

Je pense ici à l'exemple de Laurence qui était venue me consulter pour une tendinite au coude droit. Cette inflammation lui exprimait sa difficulté à accepter que sa fille avait grandi et ne se comportait plus comme elle, sa mère, le souhaitait. Elle insistait cependant et faisait un forcing inconscient auprès de sa fille qui « n'entendait rien » et continuait à mener sa vie comme elle le désirait. L'acceptation de ce constat fit rapidement cesser la tendinite au coude.

• *Les maladies auto-immunes*

Ce sont des affections dans lesquelles l'organisme mélange plusieurs processus car elles tiennent à la fois de l'allergie, de l'inflammation et de la dynamique cancéreuse. Ce sont des maladies de défense dans lesquelles l'organisme ne reconnaît plus ses propres cellules et se met à les combattre et à les détruire comme des agents étrangers et dangereux. Par exemple, la polyarthrite évolutive est dégénérative, dans le sens où elle ne respecte plus les lois naturelles de reconnaissance organique.

Ces affections nous parlent de notre incapacité à nous reconnaître, à nous voir ou à nous accepter tels que nous sommes. Cette difficulté à identifier ce que nous sommes est souvent aggravée par la recherche de « responsabilités extérieures ». Nous sommes en lutte avec le monde qui ne nous comprend pas, ne nous reconnaît pas, ne nous aime pas, alors qu'il s'agit là, en fait, de notre propre problème. Nous ne raisonnons la vie que de façon manichéenne et les choses ne peuvent être que bien ou mal, et les situations ne se vivent qu'en termes de tort ou de raison. Cette permanente stratégie conflictuelle et de défense compulsive nous amène à nous détruire nous-mêmes en croyant détruire le monde pour nous défendre et non pour nuire (voir l'exemple de Dominique dans le chapitre sur les mains page 175).

• *Les vertiges*

Ce sont des sensations de manque d'équilibre, d'avoir la terre qui se dérobe sous ses pieds ou de voir les repères visuels autour de soi qui « bougent ».

Les vertiges nous expriment notre besoin de maîtrise

de l'espace environnant et la recherche de points de repère précis, définis et stables. C'est pour cette raison qu'ils concernent principalement les personnes anxieuses ou faussement « détachées ». Un des outils essentiels de l'équilibre dans le corps est l'oreille, notamment avec cette « sorte de sable » qui est à l'intérieur de l'oreille interne dont la position et les mouvements participent grandement à notre stabilité physique. Or l'oreille, qui appartient au Principe de l'Eau, représente justement nos repères fondamentaux.

La peur de ne pas maîtriser ce qui peut se passer, l'espace environnemental se traduit par des vertiges plus ou moins prononcés, qu'ils soient directs (vertige dans les endroits élevés) ou indirects (situations particulières qui provoquent ces vertiges). C'est le cas classique des vertiges ressentis dans les jeux de fête foraine ou lors de la pratique de sports dans lesquels nos repères spatiaux sont perturbés, et je pense particulièrement à l'aïkido.

• *La spasmodie*

Voir le système nerveux autonome page 226.

• *Les kystes et les nodules*

Ce sont des petites formations de liquide organique ou de chair emprisonnées dans la peau ou les tissus organiques. La plupart du temps bénignes, ces « boules » ou « poches » représentent des indurations, des fixations de mémoires émotionnelles.

Elles nous parlent de notre tendance à retenir, à entretenir, à durcir certaines blessures intérieures. Rancœur, impossibilité d'oublier ou d'accepter les écueils de la vie,

indurations des mémoires que l'on ne peut lâcher, blessures ou frustrations de l'égo qui n'accepte pas, sont autant d'éléments qui peuvent s'exprimer à travers les kystes ou les nodules. En tant que mémoires émotionnelles égotiques, elles sont très souvent en relation avec les vécus sociaux ou professionnels. Le lieu où ces kystes ou ces nodules apparaissent nous donne bien entendu une information supplémentaire sur le type de mémoire bloquée.

• *Les excès ou prises de poids*

Ils sont le signe de notre insécurité matérielle et affective par rapport à l'avenir proche ou lointain. Ils signifient aussi que nous avons de la difficulté à intégrer des phases de notre vie où nous avons rencontré des manques, des pénuries.

Nous sommes là en présence d'un premier type d'insécurité inconsciente, d'une peur souvent non perçue de manquer. Les individus ressentent cependant le besoin de stocker, pour le cas où « on viendrait à manquer » ou pour « éviter de manquer à nouveau ».

Le deuxième type d'insécurité est par rapport au monde extérieur. La peur de devoir l'affronter, de risquer de ne pas y arriver, d'être « démunis » devant lui, nous amène là aussi à stocker. De plus, « ça nous permet de mettre de l'épaisseur entre le monde et nous », de nous protéger par un édreton de chair ou de graisse. Les « gros » sont d'ailleurs très souvent tendres et fragiles et ont un grand besoin d'être « rassurés ».

Le dernier type de souffrance qui peut s'exprimer derrière une prise de poids excessive est plus insidieuse et « grave » car elle est négative. Il s'agit, en effet, parfois,

d'une tentative de dénigrement vis-à-vis de soi-même ou d'autopunition. Cela nous permet de dévaloriser notre propre image et de pouvoir ainsi se dire : « Tu vois bien que tu n'es pas bien, pas beau ou belle, qu'on ne peut pas t'aimer. » Nous cherchons par ce biais à enlaidir notre image vis-à-vis de nous-mêmes mais aussi vis-à-vis des autres.

Mais derrière ces trois niveaux de signification, il y a une trame commune qui est celle de la relation affective à la mère (nourriture) qui n'a pas été équilibrée et que l'on cherche à compenser. Lorsque cette composante devient prépondérante, la dynamique alimentaire, boulimie ou anorexie, devient alors un moyen supplémentaire d'accentuer le message.

#### • *La boulimie*

Elle est le besoin compulsif et parfois non maîtrisable d'avaler de la nourriture. Il peut devenir tel que les personnes touchées se font vomir pour pouvoir manger de nouveau. Cette forme grave conduit directement à la dépression si elle n'est pas soignée intelligemment et vite.

La boulimie nous parle du besoin de combler un vide existentiel, de gérer nos angoisses à tout moment par la nourriture. Celle-là représente le premier rapport à la vie et au premier être qui nous aime et nous donne la vie et son amour, c'est-à-dire la mère. La relation que nous entretenons avec la nourriture est fortement imprégnée du « souvenir » de cette relation à la mère et du caractère satisfaisant et compensatoire qu'elle a pu ou su jouer.

Chaque tension, frustration, manque, besoin de compenser ou de récompenser, se fera par la nourriture. La peur, l'incertitude de ne pouvoir recommencer

entraînent l'attitude compulsive et répétitive ou bien le stockage.

#### • *L'anorexie*

Elle représente le phénomène exactement inverse. La relation d'affect avec la mère et sa représentation nourricière ont été insatisfaisantes. Mère « absente », peu aimante, qui ne désirait pas l'enfant ou bien voulait un garçon au lieu d'une fille (ou une fille au lieu d'un garçon) sont autant de mémoires qui dévalorisent parfois le rapport à la nourriture et font qu'elle n'est plus attrayante pour nous ou même pire qu'elle nous est repoussante. Là aussi, l'anorexie peut devenir grave au point d'amener la personne à la dénutrition mortelle de son corps.

#### • *Le lumbago*

Ce sont des douleurs ou des tensions ressenties dans le bas du dos, au niveau des vertèbres lombaires. Ces lombaires sont au nombre de cinq et correspondent aux Cinq Principes et aux cinq plans basiques de la vie de tout individu, à savoir :

- Le couple.
- La famille.
- Le travail.
- La maison.
- Le pays (la région).

Lorsque nous traversons une période où nous avons de la difficulté à accepter ou à intégrer les changements qui s'y produisent, nos vertèbres lombaires et nos lumbagos expriment notre crainte non consciente ou notre refus de

ces changements. C'est souvent dû au fait qu'ils bouleversent nos habitudes ou nos repères et que cela est parfois difficile à accepter sans « crispation ».

Le lumbago peut aussi nous parler de notre difficulté à accepter les remises en cause, en particulier dans le milieu familial et professionnel. Nous avons de la difficulté à changer de position, d'attitude relationnelle.

#### • *La sciatique*

⋮ C'est un pincement du nerf sciatique à sa sortie de la colonne vertébrale, au niveau lombaire. Elle correspond à la même trame que le lumbago avec cependant une « précision » supplémentaire. Le lumbago est une douleur de « zone » qui parle d'un ressenti global alors que la sciatique est une douleur de trajet qui peut même être ambulatoire, de la colonne vertébrale jusqu'au petit orteil. La sciatique est un ressenti plus précis qui nous exprime, en plus, notre difficulté à évacuer, à abandonner, lors de ces changements, certains de nos anciens schémas. La sciatique suit le trajet du méridien de la Vessie qui gère, au niveau énergétique, l'évacuation des vieilles mémoires. Il s'agit donc de tensions liées à l'acceptation de changements sur l'un des cinq plans de vie précités, causées par notre difficulté à abandonner d'anciennes croyances ou habitudes, d'anciens schémas ou modes de pensée, de lieux, où nous avons trouvé un certain équilibre, et des habitudes de vie matérielles ou psychologiques dont le confort pouvait nous sembler suffisant.

#### • *Les maux de tête et la migraine*

Ils représentent souvent notre difficulté à accepter certaines pensées, idées ou sentiments qui nous gênent ou nous contraignent. Stress, contrariété, ressassement ou parasitage par des idées « indésirables » ou des contraintes extérieures sont autant de tensions qui se manifestent par des maux de tête ou une migraine.

Lorsqu'elle suit un trajet de chaque côté de la tête, en partant de la nuque pour finir vers les tempes ou les côtés des yeux, quand ce n'est pas directement dans un œil, c'est une migraine dite « hépato-biliaire ». Elle signifie que la tension est d'ordre plutôt affectif, ou que le vécu de la situation est au niveau affectif, que l'être est en cause. Elle est plutôt en relation avec le monde familial ou intime.

Lorsque les maux de tête sont frontaux, ils expriment souvent un refus de pensées, un entêtement sur les idées actuelles et admises. Ils sont en relation avec le monde professionnel ou social et la demande de ce monde à notre égard.

#### • *Les cheveux*

Ils sont régis par le Principe de l'Eau. La chute des cheveux ou leur décoloration sont liées à un important vécu de stress, à une peur intense en relation avec la mort, la fragilité de la vie, la précarité des choses. Les situations actuelles d'insécurité professionnelle sont à l'origine du nombre grandissant de chutes de cheveux qui étaient, à une époque pas si lointaine, une spécificité des hommes. De nos jours, les femmes vivent le même stress professionnel que les hommes et elles perdent aussi leurs cheveux (voir *Cheveu, parle-moi de moi*).

• *Le cancer, les tumeurs cancéreuses*

Ce sont des proliférations cellulaires anarchiques qui apparaissent et se développent dans une partie déterminée de l'organisme. Si elles sont dépistées à temps, la maladie peut être circonscrite à son point de départ, sinon il y a métastase. L'organisme va être progressivement envahi par les cellules cancéreuses qui voyagent par le système sanguin et la colonisation des différentes parties du corps se fait toujours par une sorte d'effraction du milieu cellulaire ambiant.

Étant donnée la gravité de cette maladie, je voudrais rappeler les caractéristiques principales de son processus :

- Désordre souterrain, inconscient et indolore au départ.
- Développement anarchique par perte des repères cellulaires.
- Contamination de l'organisme par le circuit sanguin ou lymphatique.
- Invasion de l'organisme par colonisation.
- Colonisation par « effraction » des zones touchées.
- Conclusion mortelle par autodestruction si l'on n'intervient pas.

Nous avons ci-dessus la description de tout le processus psychologique qui précède et prépare le terrain à la maladie. L'individu subit un jour un traumatisme (ou une accumulation) émotionnel ou affectif important et il l'enregistre au fond de lui-même. Par force, volonté, éducation, croyance ou fuite, il ne laisse pas s'exprimer réel-

lement ou ne reconnaît pas sa souffrance et, plus particulièrement, la perte de repères, la destruction profonde de croyance ou d'illusion qu'elle représente. Le traumatisme est ressenti comme une intrusion, une effraction dans ses structures intérieures et son onde de choc va coloniser peu à peu toute la construction psychologique de la personne. La croissance intérieure de l'individu va alors perdre petit à petit tous ses repères et devenir chaotique et « suicidaire » pour la structure de l'être (à l'inverse du processus « allergique » qui fait que l'individu est rarement, pour ne pas dire jamais, cancéreux). Tout ce processus va gagner en contaminant la capacité à la joie de vivre et les émotions (système circulatoire) qui vont peu à peu être imprégnées de la mémoire du traumatisme et laisser progressivement la place à des sentiments ou des émotions, qui vont eux-mêmes « miner le terrain ». Cela est inconscient, souterrain et indolore jusqu'au jour où tout « explose » et se déclare au grand jour.

Le cancer est donc la destruction de notre programmation intérieure d'équilibre et il s'exprime particulièrement à travers la première zone touchée. Il traduit souvent des remords, des blessures qu'on ne peut pas ou ne veut pas cicatriser et qui sont souvent associées à un sentiment de culpabilité. Il s'agit d'une sorte d'autopunition qui se veut définitive, de constat inconscient d'échec face à sa vie ou à ses choix de vie. Qu'est-ce que j'ai raté, de quoi est-ce que je me punis, qu'est-ce que je me reproche si profondément ?

Nous sommes là de toute façon en présence du dernier cri lancé par le Maître Intérieur parce que tous les autres ont échoué ou ont été étouffés.

• *Les infirmités physiques ou mentales*

La question des infirmités est trop grave pour être « résolue » en quelques lignes, mais il est, je crois, important de chercher à leur donner un sens. Même si cela n'enlève rien aux difficultés, aux souffrances et aux problèmes qu'elles posent, cela peut au moins nous aider à ne plus les vivre, que nous soyons ou non infirmes nous-mêmes, comme une fatalité ou une injustice du destin mais plutôt comme un défi, peut-être excessif, fou, douloureux ou injuste, car c'en est un.

L'Infirmité s'inscrit dans l'axe des choix d'incarnation. Parmi les « contraintes » structurelles que nous nous choisissons pour réaliser notre Chemin de Vie, notre Légende Personnelle, certaines sont parfois dures ou désagréables. Nous pouvons naître dans un pays, une famille, une culture ou une époque qui soient « faciles ou difficiles », selon les besoins d'expérimentation que nous avons. La naissance dans un corps infirme ou la fabrication accidentelle de cette infirmité font partie de cette dynamique de choix d'incarnation.

Mais je tiens à revenir à nouveau et avec fermeté sur le sens à donner à tout cela. La vie n'est pas punitive et je suis scandalisé par ces écrits, ou ces idées, qui disent que nous sommes venus payer des fautes (voir le chapitre sur le Ciel Antérieur et le Non-Conscient page 28). Les infirmités ne sont pas des *punitions* mais des *bandicaps* et le sens des mots est primordial car dans un cas (punition), ils signifient que nous ne sommes pas « bons » et dans l'autre, que nous sommes « forts ». Car à qui donne-t-on un handicap dans les courses? À ceux qui sont manifestement plus forts! La vie n'est ni vicieuse ni perverse, elle

donne à chacun selon ses capacités et si elle nous confie des tâches ardues, c'est parce qu'elle sait que nous sommes capables (mais aussi avons besoin) de les surmonter. Elle sait nous proposer des épreuves pour nous amener à les dépasser mais en sachant toujours les doser en fonction de nos capacités. Et quand je dis la vie, je pense « nous », car c'est nous qui avons choisi ce handicap dans notre Ciel Antérieur ou dans notre Non-Conscient.

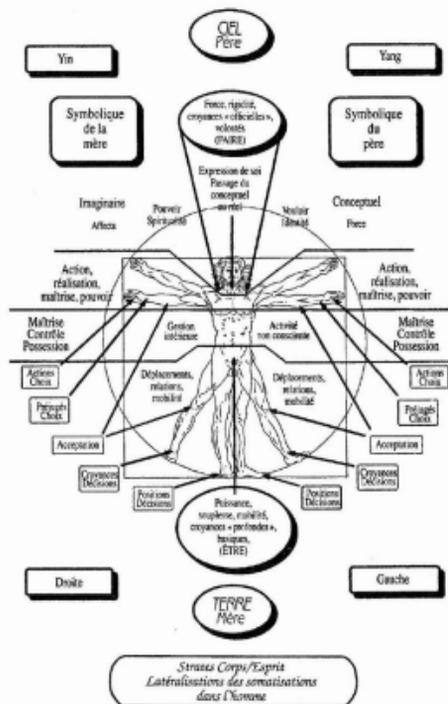
Les infirmités de naissance sont donc des mémoires karmiques, venant du Ciel Antérieur, alors que les infirmités accidentelles sont des choix du Non-Conscient. Mais ce sont toujours des épreuves de vie « choisies » par des êtres puissants, forts, dont la recherche est celle d'un usage « obligé » de cette force vers la paix, l'acceptation et l'amour de la vie, *de sa vie*, même dans ses composantes qui nous semblent les plus « moches ». Ceci nous permet peut-être de mieux comprendre le malaise qu'il y a souvent dans le regard des « bien-portants » vers ceux qui sont infirmes, surtout de ces « bien-portants » qui passent leur quotidien à se plaindre de leur propre vie.

Parmi les leçons que la vie m'a adressées, il y en a une qui est gravée à tout jamais en moi. Je marchais un jour dans la rue, à une époque où je rencontrais des difficultés bénignes mais que j'avais laissées m'envahir. Je ressassais, tout en marchant, mes idées noires lorsque mon regard rencontra celui d'une petite fille qui venait dans ma direction et qui m'adressa un sourire rayonnant lorsque nos regards se croisèrent. Je fus traversé de part en part par une émotion fulgurante car cette petite fille de 8 ou 9 ans environ était noire (comme mes idées) et handicapée des deux jambes (et mes problèmes étaient d'ordre relation-

nel). Elle marchait avec des béquilles en s'appuyant sur deux jambes articulées et l'image qu'elle me renvoyait, alors qu'elle avait toutes les raisons de douter de la beauté de la vie, était rayonnante de vie, de joie de vivre et de lumière. Quelle gifle, quelle leçon lorsque dans un éclair je venais de comprendre, de décoder le Langage de la Vie et son message. Mais qui étais-je donc pour oser me lamenter de la vie, de ma propre vie? C'est une leçon que les infirmes nous donnent en permanence. Je reçois régulièrement le catalogue des travaux d'un groupe de handicapés qui « peignent avec la bouche ou les pieds » car ils n'ont pas ou plus de bras ni parfois même de jambes. Or toutes les peintures ou les objets qu'ils fabriquent sont toujours porteurs de vie, de simplicité, d'amour et d'espérance.

*Les infirmités sont donc des choix d'incarnation à surmonter pour ceux qui ont fait ces choix, mais elles sont aussi des opportunités de grandir pour nous tous qui sommes « bien-portants ». Elles sont destinées à nous apprendre l'amour, la tolérance, l'acceptation et l'humilité...*

Nous allons résumer dans un schéma synoptique les interactions corps/esprit. Vous allez pouvoir y retrouver tous les grands axes symboliques des différentes parties du corps humain et avoir ainsi un moyen simple de retrouver le sens des maux (mots?) de l'âme. Je conclurai simplement en m'appuyant sur le proverbe chinois suivant : « *Lorsqu'on tombe, ce n'est pas le pied qui a tort.* »



*« Jusqu'à ce qu'aujourd'hui devienne demain, on ne saura pas les bienfaits du présent. »*

Proverbe chinois

## Conclusion

La conclusion que je souhaite donner à cet ouvrage est plutôt une introduction. Mon plus cher désir est que ce livre soit pour chaque lecteur une introduction à la vie et à la confiance dans cette vie, à travers le regard différent que je propose. Constaté à la fois que quelque chose nous parle à travers notre corps et que rien n'appartient au hasard peut faire peur ou faire croire à la fatalité. C'est en fait l'inverse et nous devons comprendre, comme le dit l'alchimiste de Paulo Coelho, que *« si le Ciel nous donne la connaissance de l'avenir, c'est pour qu'il soit changé »*. Si la vie communique intensément avec nous et exprime par notre corps ce qui ne va pas, c'est aussi pour que nous puissions changer.

Toute évolution de l'être commence par une prise de conscience de ce qu'il est et de ce qu'il fait. Cette phase, fondamentale et nécessaire, peut être initiée par la compréhension des messages venant du Maître ou Guide

Intérieur. Elle n'est cependant pas suffisante en soi. Il serait en effet simpliste de réduire la souffrance d'un autre ou de soi-même en disant : « C'est pour telle ou telle raison et c'est parce qu'il a choisi de le vivre ainsi. » Ce serait stupide et cela fataliserait négativement le plan conscient des individus, les rendant incapables d'œuvrer aux changements de leurs mémoires profondes et inconscientes. La responsabilité totale de chacun face à ses choix d'incarnation et de vie n'autorise aucun commentaire. La conformité à la « loi de la Vie » n'a à être jugée par personne, car personne n'en connaît les tenants et les aboutissants. Que chacun fasse le travail à sa porte et le monde sera bien tenu. Le moine taoïste Mong Tseu disait souvent : « *Le grand défaut des hommes, c'est d'abandonner leurs propres champs pour aller ôter l'ivraie dans ceux des autres.* » Cette phrase contient deux idées, la première qui correspond à « la vision de la paille dans l'œil de l'autre » et la seconde qui est celle de l'erreur consistant à vouloir changer les autres ou bien faire les choses à leur place « en croyant les aider ». Nous avons, en priorité, la charge de la vie qui nous a été confiée. En la gérant mieux, notre rayonnement s'accroît de lui-même et peut changer le monde.

La *prise de conscience* ne suffit pas non plus à faire disparaître miraculeusement les maux du corps lorsque l'on a cru comprendre les mots de l'âme. Elle doit toujours être suivie d'un travail d'*éveil de conscience*, d'une démarche de réflexion profonde et sincère vis-à-vis de nos comportements et positions de vie. Nous pourrions alors seulement impliquer les changements nécessaires et parfois douloureux afin de libérer les énergies « mal » densifiées en nous et qui nous font souffrir. Encore faut-il

accepter les messages qui viennent et ce qu'ils signifient, en évitant absolument la confusion possible entre « être à l'écoute de soi et de son corps » et « s'écouter ».

*S'écouter* consiste à rechercher les cris du corps et à s'apitoyer sur eux, en faisant de la souffrance et de la tension qui les accompagnent une manière de vivre donnant l'impression d'exister. Cette utilisation perverse de la douleur et de la souffrance, signe d'un manque d'affection et d'une recherche de reconnaissance infantile, nous permet de nous faire plaindre ou prendre en charge par les autres. Nous n'avons alors aucun intérêt à ce que cela change...

*Être à l'écoute de soi et de son corps*, c'est être prêt à recevoir les messages de son Maître ou Guide Intérieur pour changer et faire ce qu'il faut pour « grandir ». Le résultat de cette démarche est l'inverse de la précédente. La tension et la souffrance appartiendront de moins en moins à notre vie. Nous aurons de moins en moins besoin de parler de nous-mêmes, car nous serons mieux à même de communiquer avec nous-mêmes. Nos échanges avec l'extérieur, moins parasités par des évacuations de tensions, de stress ou d'émotions, deviendront alors de plus en plus enrichissants et porteurs de « vérité ».

Le chemin est parfois long avant de pouvoir enclencher le processus de libération qui inverse tout en nous et peut nous conduire à la « guérison ». Bien souvent, les autres (amis, médecins, psychologues, thérapeutes, guides spirituels) peuvent nous y aider et même parfois nous *soigner*. Nous sommes, en revanche, les seuls à pouvoir nous *guérir*. Cette guérison peut être simple et rapide si le symptôme est bénin et plus difficile si la maladie est profonde, voire considérée comme incurable. Mais elle dépend tou-

jours de notre décision profonde de guérir ou non. Cette décision, prise en dehors de toute volonté consciente, appartient à chacun de nous et n'a pas à être estimée ou comprise à travers des critères humains ou émotionnels. Notre croyance sincère dans notre capacité à y arriver peut nous aider beaucoup dans notre travail de libération. Le dernier élément, enfin, est quelque chose d'infiniment niché au plus profond de nous et dont la puissance fabuleuse se révèle souvent puisqu'elle fait des miracles tous les jours : la Vie...

À méditer et à garder en soi comme une ouverture, un phare, sur le Chemin parfois cahoteux de la Vie et bonne route à chacun vers sa Légende Personnelle...

## Table

<i>Préface</i> .....	9
<i>Introduction</i> .....	15

### *Première partie*

#### QUELQUES DONNÉES PHILOSOPHIQUES QUEL PEUT ÊTRE LE JEU DE LA VIE ?

Le processus d'incarnation .....	22
Le Chemin de Vie ou la Légende Personnelle ..	23
Le Ciel Antérieur et le Ciel Postérieur .....	28
<i>Le Ciel Antérieur</i> .....	28
<i>Le Ciel Postérieur</i> .....	34
Le Conscient et le Non-Conscient .....	39
<i>Le Non-Conscient</i> .....	40
<i>Le Conscient : densification et libération des énergies</i> .....	44

Les traductions physiologiques .....	58
Les tensions psychiques et psychologiques .....	59
Les traumatismes du corps et des membres .....	61
Les maladies organiques et psychologiques .....	64
Les actes « manqués » .....	66
L'effet miroir .....	69

### Deuxième partie

COMMENT CELA SE PASSE-T-IL ?

COMMENT RELIER LES CHOSES EN NOUS ?

<b>Le concept de « l'Homme entre le Ciel et la Terre »</b> .....	77
Les énergies Yin et Yang dans l'homme .....	77
Comment les énergies fonctionnent, se structurent et s'équilibrent .....	90
Comment les énergies circulent en nous (les méridiens) .....	95
<b>Les répartitions Yin/Yang dans le corps</b> .....	101
Le bas et le haut .....	101
La droite et la gauche .....	103
Le profond et le superficiel .....	104
Qu'est-ce qui relie les choses en nous (les méridiens et les Cinq Principes) ? .....	105
<i>Le Principe du Métal</i> .....	106
<i>Le méridien du Poumon (signe astrologique chinois du Tigre)</i> .....	107
<i>Le méridien du Gros Intestin (signe astrologique chinois du Lièvre)</i> .....	108

<i>Le Principe de la Terre</i> .....	109
<i>Le méridien de l'Estomac (signe astrologique chinois du Dragon)</i> .....	109
<i>Le méridien de la Rate-Pancréas (signe astrologique chinois du Serpent)</i> .....	110
<i>Le Principe du Feu</i> .....	111
<i>Le méridien du Cœur (signe astrologique chinois du Cheval)</i> .....	112
<i>Le méridien de l'Intestin Grêle (signe astrologique chinois de la Chèvre)</i> .....	113
<i>Le méridien du Maître Cœur (signe astrologique chinois du Chien)</i> .....	114
<i>Le méridien du Triple Foyer (signe astrologique chinois du Cochon)</i> .....	115
<i>Le Principe de l'Eau</i> .....	116
<i>Le méridien de la Vessie (signe astrologique chinois du Singe)</i> .....	117
<i>Le méridien du Rein (signe astrologique chinois du Coq)</i> .....	118
<i>Le Principe du Bois</i> .....	119
<i>Le méridien de la Vésicule Biliaire (signe astrologique chinois du Rat)</i> .....	120
<i>Le méridien du Foie (signe astrologique chinois du Buffle)</i> .....	121

## Troisième partie

## ÉTAT DES LIEUX

## MESSAGES SYMBOLIQUES DU CORPS

<b>De l'usage de chaque organe ou partie du corps</b> .....	123
À quoi servent les différentes parties de notre corps? .....	130
<i>Le squelette et la colonne vertébrale</i> .....	131
<i>Les maux du squelette et de la colonne vertébrale</i> .....	136
<i>La scoliose</i> .....	137
<i>Les membres inférieurs</i> .....	140
Les maux des membres inférieurs .....	141
La hanche .....	142
<i>Les maux de la hanche</i> .....	142
Le genou .....	146
<i>Les maux du genou</i> .....	146
La cheville .....	149
<i>Les maux de chevilles</i> .....	150
Le pied .....	151
<i>Les maux de pied</i> .....	152
Les orteils .....	154
<i>Les maux des orteils</i> .....	155
<i>Le gros orteil (le « pouce » du pied)</i> .....	155
<i>Le deuxième orteil (l'« index » du pied)</i> .....	156
<i>Le troisième orteil (le « majeur » du pied)</i> .....	156
<i>Le quatrième orteil (l'« annulaire » du pied)</i> .....	156
<i>Le petit orteil (le petit doigt de pied)</i> .....	157

La cuisse, le fémur .....	157
<i>Les maux de la cuisse et du fémur</i> .....	158
Le mollet, le tibia et le péroné .....	160
<i>Les maux du mollet, du tibia ou du péroné</i> .....	161
<i>Les membres supérieurs</i> .....	164
<i>Les maux des membres supérieurs</i> .....	165
L'épaule .....	166
<i>Les maux de l'épaule</i> .....	167
Le coude .....	168
<i>Les maux du coude</i> .....	169
Le poignet .....	170
<i>Les maux du poignet</i> .....	171
La main .....	173
<i>Les maux de la main</i> .....	175
Les doigts .....	177
<i>Les maux des doigts</i> .....	177
Le pouce .....	178
<i>L'index</i> .....	179
<i>Le majeur</i> .....	179
<i>L'annulaire</i> .....	180
<i>L'auriculaire</i> .....	180
Le bras (biceps et humérus) .....	180
<i>Les maux du bras</i> .....	181
L'avant-bras, le cubitus et le radius .....	183
<i>Les maux de l'avant-bras, du cubitus et du radius</i> .....	184
La nuque .....	185
<i>Les maux de la nuque</i> .....	185
Le tronc .....	188

À QUOI SERVENT NOS DIFFÉRENTS ORGANES? .....	189
<i>Le système digestif</i> .....	189
<i>Les maux du système digestif</i> .....	190
L'estomac .....	191
<i>Les maux de l'estomac</i> .....	191
La rate et le pancréas .....	192
<i>Les maux de la rate et du pancréas</i> .....	192
Le foie .....	195
<i>Les maux du foie</i> .....	196
La vésicule biliaire .....	197
<i>Les maux de la vésicule biliaire</i> .....	197
L'intestin grêle .....	198
<i>Les maux de l'intestin grêle</i> .....	199
Le gros intestin .....	199
<i>Les maux du gros intestin</i> .....	200
<i>Le système respiratoire</i> .....	200
<i>Les maux du système respiratoire</i> .....	201
Les poumons .....	202
<i>Les maux des poumons</i> .....	203
La peau .....	206
<i>Les maux de la peau</i> .....	208
<i>Le système urinaire</i> .....	210
<i>Les maux du système urinaire</i> .....	211
Les reins .....	211
<i>Les maux des reins</i> .....	212
La vessie .....	213
<i>Les maux de la vessie</i> .....	213
<i>Le système circulatoire</i> .....	214
<i>Les maux du système circulatoire</i> .....	215
Le cœur .....	215
<i>Les maux du cœur</i> .....	216
Le système veineux .....	217

<i>Les maux du système veineux</i> .....	217
Le système artériel .....	217
<i>Les maux du système artériel</i> .....	218
<i>Le système nerveux</i> .....	219
Le système nerveux central .....	220
<i>Les maux du système nerveux central</i> .....	220
Le cerveau .....	220
<i>Les maux du cerveau</i> .....	222
La moelle épinière .....	224
<i>Les maux de la moelle épinière</i> .....	224
Les nerfs .....	225
<i>Les maux des nerfs</i> .....	225
Le système nerveux autonome .....	226
<i>Les maux du système nerveux autonome</i> .....	226
<i>Le système reproducteur</i> .....	227
<i>Les maux du système reproducteur</i> .....	229

#### Les autres parties du corps et les maux particuliers

Le visage et ses maux .....	230
Les yeux et leurs maux .....	231
Les oreilles et leurs maux .....	234
La bouche et ses maux .....	235
Le nez et ses maux .....	236
La gorge et ses maux .....	237
Les allergies .....	239
Les inflammations et les fièvres .....	240
Les maladies auto-immunes .....	241
Les vertiges .....	241
La spasmophilie .....	242
Les kystes et les nodules .....	242

Les excès ou prises de poids .....	243
La boulimie .....	244
L'anorexie .....	245
Le lumbago .....	245
La sciatique .....	246
Les maux de tête et la migraine .....	247
Les cheveux .....	247
Le cancer, les tumeurs cancéreuses .....	248
Les infirmités physiques ou mentales .....	250
Conclusion .....	255

Composition Euronumérique  
92120 Montrouge

Si vous souhaitez être tenu au courant des activités,  
stages ou des formations proposés par l'auteur,  
vous pouvez écrire ou téléphoner à

Michel ODOUL  
Institut Français de Shiatsu  
et de Psychologie Corporelle Appliquée  
106, rue Monge  
75005 Paris  
Tél. : 01 45 87 83 17

Achevé d'imprimer  
en septembre 2007  
par Printer Industria Gráfica  
pour le compte de France Loisirs, Paris