

La thérapie par le corps

par Nicole Lavigne

Novembre 2000

C'est à partir du *Massage Clématis*® comme outil d'exploration, que nous apprenons les possibilités et les pièges de la communication tant sur un plan verbal que corporel. Nous découvrons les liens entre nos différents processus mentaux, comportementaux, corporels et énergétique. Comprendre notre propre somatisation et l'accepter, facilitera l'acceptation de " l'autre ", cette personne différente de nous.

Le *Praticien Clématis*® aide à résoudre les problèmes de l'existence et favorise la détente et le bien-être sur le plan psychologique, à partir du corps comme point d'appui. L'étymologie de la psychothérapie se compose du grec *psychè* [âme] et *therapeia* [soin]. Traitement des troubles et affections psychiques par des méthodes [dialogues, entretiens, etc.] de nature psychologique.

Pour permettre au lecteur de se faire une idée du travail corporel qui peut être fait, voici deux cas clinique :

Le premier cas concerne la phobie du vide. Attirance et peur lorsque la personne doit faire des activités de randonnée en montagne, de ski ou simplement monter sur un escabeau. Un calvaire qu'elle surmontait à force de volonté : elle sortait épuisée de ce combat avec elle-même pour dépasser cette peur du vide. Car même en ayant peur, il n'était pas question qu'elle s'empêche d'avoir une activité qui lui tient à cœur.

Installée en plein centre de la table de massage, l'adulte qu'elle est, a conscience d'être installée au centre. Néanmoins, dans ces circonstances, elle avait peur de tomber. Une peur non fondée pour l'adulte, mais remontant du passé, une peur instinctive et réelle pour l'enfant qui est toujours en soi. Petit à petit, au fil des séances, son corps explore, repère, s'approche du vide. Il apprivoise la sensation. Il se fait confiance. Il ose aller voir. Cette exploration a duré très longtemps, par petites touches. Au fur et à mesure que la peur panique reculait, elle osait s'aventurer de plus en plus loin dans cette exploration du vide, jusqu'au moment où la confiance a remplacé la peur.

Être attirée par le vide et en avoir peur était auparavant dans l'ordre normal des choses. Elle avait appris à vivre avec. Maintenant, sur un balcon, près d'une fenêtre, elle n'éprouve plus cette sensation d'attirance du vide. Elle peut enfin regarder en bas, sans panique, calmement et sereinement. L'attraction du vide et le sentiment de peur sont enfin partis. Ici le toucher exploratoire en accédant à la mémoire du corps a permis au corps de résoudre et de dépasser cette phobie. Elle a toujours ignoré l'origine de cette phobie. Peut-être à la naissance ? Plusieurs années plus tard, elle apprend qu'à l'âge de six mois, elle était tombée de la table à langer : " *heureusement, tu n'as rien eu* ", ont été les propos de sa mère.

Le deuxième cas porte sur des sollicitations bien précises de la part du thérapeute. Le corps, du sujet en thérapie, commence des mouvements de plus en plus régressifs. Le processus est en route : contraction des muscles, le sujet se montre incapable de se servir de ses bras..., ses poings sont fermés, les mouvements désordonnés du corps se transforment petit à petit en émotions. Observateur et acteur du phénomène, l'adulte est à cet instant véritablement redevenu un bébé à part entière, un nourrisson rageur, mécontent et convulsif. Il ne peut mettre des mots sur ce qu'il vit. Son ressenti qui n'est que souffrance.

Un jour le thérapeute repère que cette régression apparaît encore de temps à autre. Seuls les mouvements restent présents. Les manifestations émotionnelles ont disparu. Dans ce cas, la prise de conscience née de la sensation interne des mouvements du corps s'est avérée efficace dans cette hyperesthésie du toucher, c'est-à-dire une sensibilité exagérée et pathologique : " *tout me fait souffrir* ". Tout est enregistré dans le corps. Tout se passe comme si un mécanisme inconscient avait voulu arranger les choses, sans penser aux conséquences futures. Le massage est un instrument d'évolution lorsque l'adulte prend de la distance et " *ose se vivre* ", sans craindre ce qui vient de lui.

Le *Massage Clématis*® renforce donc les relations entre le corps physique et les autres niveaux de conscience, c'est la beauté de l'esprit et du corps en mouvement. La spécificité de ce massage porte sur l'acquisition d'une attitude corporelle novatrice tout autant qu'un mouvement intérieur juste. L'objectif est d'atteindre un mieux être dans notre corps et dans notre tête pour une relation harmonieuse entre les différents états : physique, énergétique, émotionnel, mental afin de trouver notre force intérieure.