

# Le sens du corps

par Nicole Lavigne

Janvier 2001

À la naissance, le corps est spontanément réceptif à toutes les sensations. En grandissant, nous perdons tout ou partie de cette aptitude dont le corps conserve la mémoire. Si l'enfant installe des mécanismes de défense pour exister et survivre, il perd une partie de sa sensibilité. Ces mécanismes ont eu leurs utilités à une certaine époque mais ils ne sont plus toujours la réponse appropriée pour l'adulte. Chaque fois que nous sommes retenus par ces mécanismes, nous vivons en deçà de nos possibilités de réalisation.

Reflets de la pensée, les traumatismes conditionnent notre existence et chacune de nos expériences s'installent et se cristallisent dans le corps. Interpellé dans notre être primaire, le processus relationnel est avant tout avec nous même. Le corps est plutôt *pensé* et peu *vécu* ; *souvent il ne doit pas déranger, il doit bien se tenir*. Il peut être perçu comme une enveloppe devant bien se conduire. Dans ce cas, le corps est vécu comme autre que soi. Le corps n'est alors que parlé au sens de réciter. Il se vit de manière extérieure, la parole n'existant que pour réciter le corps : *je remarque une tension dans mes épaules*, au mieux, nous exprimons : *je sens mes épaules tendues*. Le Massage Clématis® va faciliter la prise de conscience corporelle. Le corps pourra être perçu comme *faisant partie de soi*. Il sera vécu comme *mon corps en dedans de moi* et la prise de parole fera référence *au corps ressenti*. En libérant ses émotions retenues depuis longtemps, sa structure corporelle réorganisée, le patient changera sa manière d'être au monde. Il installera une nouvelle relation de soi à soi et partant, il modifiera sa relation avec la vie, donc avec les autres.

Selon sa manière de toucher, le thérapeute pourra réveiller la mémoire du corps et permettre au patient d'accéder à son histoire. Le thérapeute sentant et lisant le corps dans ce langage non-verbal, aidera le patient à rouvrir les portes d'une histoire souvent enfouie très profondément dans son inconscient corporel. C'est en *touchant* de cette manière bien particulière que le thérapeute laissera au massé la possibilité d'engager une discussion entre son mental et son corps. Le dualisme du corps et de l'esprit ou âme coexistera pour l'unicité de chacun. L'esprit associé au corps, ensemble, ils laisseront s'exprimer une plus grande liberté, tant, intérieure que corporelle. Dans cette action de restauration, le toucher du thérapeute permettra au corps du patient de se vivre du dedans et non plus de l'extérieur. Le travail du thérapeute consistera à partir du *corps touché* à donner la parole au *corps vécu*. Le corps devenu vivant ne récitera plus son histoire, il vivra son histoire. Le corps rendra par la parole l'histoire vécue un jour et jamais oubliée, le vécu joyeux comme un vécu douloureux. Une nouvelle relation de soi à soi s'installe.

La parole ainsi donnée au *corps vécu*, deviendra une parole en termes de possession *mon corps* au même titre que *ma maison*, c'est-à-dire que le corps est vécu comme *ma propriété*. Le patient peut enfin sentir son corps se remplir, vivre son corps, se l'approprier et communiquer avec. La personne massée, se vivant à partir de son corps, apprendra en premier, à communiquer dans une *relation de soi à soi*. Ensuite, elle aura la capacité de s'ouvrir dans une *relation de soi au monde*. C'est en dialoguant avec elle-même et avec autrui qu'elle établira une *relation de soi à autrui*. La thérapie par le corps est une voie royale de connaissance d'abord de nous même et par la suite des autres.