

Quand les MAUX remplacent les MOTS, ou le langage des bleus à l'âme par la somatisation du corps

"Nous ne sommes pas là pour guérir de notre maladie mais pour comprendre que notre maladie est là pour nous guérir". C. G. Jung

Il est si souvent ...

... plus facile de se taire que de dire les choses

... plus aisé de ne pas voir que de regarder la réalité en face

... plus confortable de ne pas écouter que d'entendre ce qui nous concerne

Le corps a son langage, et parfois il est le seul à oser dire encore les choses quand tout le reste en nous s'est tu.

Il est notre signal d'alarme, le clignotant rouge qui s'allume pour prévenir la crise, la soupape de décompression et de sécurité...

Laissons-lui la parole et surtout écoutons-le quand il exprime les non-dits, acceptons ce dialogue, laissons le pleurer et nous dire son mal-être, respectons ce qu'il manifeste...

Parce que de toute façon il nous parle de nous, il nous tend la main...

La souffrance du corps est totalement en lien avec nous, elle révèle nos conflits non réglés, nos émotions non libérées, nos blessures non refermées, nos colères non apaisées, nos chagrins non guéris, et tous nos problèmes non dépassés...

La maladie, - "mal à dit" -, met en lumière, manifeste au grand jour notre souffrance cachée.

Ecoute ce que ton mal te dit, il te dit tout.

Il est alors possible de se mettre à écouter très attentivement, de porter une attention particulière au langage du corps, car il est notre allié et non notre ennemi. La maladie n'est pas un mal à combattre, mais l'expression d'un conflit sur lequel il faut lâcher-prise. Les maux qui sont les nôtres sont là pour nous éveiller à la conscience de ce que nous avons à dépasser pour nous libérer...

Il devient possible alors de faire le choix d'utiliser les clés de cette compréhension, pour engager le dialogue avec son corps et avec son histoire de vie, et tenter pleinement l'aventure de la guérison.