

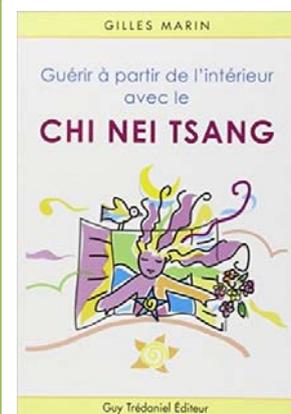
la flore intestinale

Toute émotion non traitée est entreposée dans notre corps, masquée par notre système de tension en attendant les conditions favorables pour être abordée. Dans la perspective du Chi Nei Tsang, ce « travail de l'énergie des organes internes », chacun devient responsable de sa propre santé car la guérison provient de l'intérieur.

Le Chi Nei Tsang, à l'origine une pratique monastique de l'époque taoïste de la Chine ancienne, repose sur l'écoute du corps humain. Le vieux maître Muy, maître de Maître Mantak Chia, qui a propagé l'enseignement du Chi Nei Tsang en Occident, ne connaissait pas l'anatomie ou la biologie conventionnelle, mais il connaissait très bien la nature, les plantes, les animaux, ce qui les anime et l'énergie qui les caractérise. Ses doigts étaient à l'écoute constante de cette énergie vitale dans les tissus des organes humains. D'après Mantak Chia, il ne savait pas si le foie était à droite ou à gauche et quelles étaient les réponses endocrines du pancréas ou des surrénales. Tout cela n'avait aucune importance pour lui. Il disait qu'il ne pouvait pas expliquer comment le Chi Nei Tsang fonctionne. Il pouvait seulement en montrer les bienfaits. Le Chi Nei Tsang a conservé l'approche holistique taoïste. Bien que les praticiens travaillent presque exclusivement sur l'abdomen, les techniques appliquées sur les organes internes agissent à la fois aux niveaux physique, mental, émotionnel et spirituel. Et plus particulièrement, le travail sur les intestins plonge souvent des personnes en état de sommeil profond, ou, au contraire, suscite des réactions émotionnelles fortes, souvent accompagnées de manifestations cathartiques spectaculaires.

En voyant des personnes s'endormir alors que les

doigts du praticien entrent dans la cavité abdominale, ainsi qu'en écoutant les témoignages à leur réveil, nous constatons que le mouvement donné à l'intestin connecte à la vie onirique et plus précisément aux rêves attachés à l'expérience émotionnelle. Le rêve a le pouvoir de distiller naturellement les charges émotionnelles tout en protégeant la conscience de la personne. L'émotion, dans le rêve, peut se manifester au maximum de son intensité. Cela est difficile, voire impossible à réaliser en état d'éveil, à cause de l'effet inhibiteur de la pensée rationnelle. Cette pratique sur les intestins est une porte sur la conscience et une ouverture vers une compréhension plus précise des phénomènes mentaux, guidés par la perspective taoïste ancienne, qui considère l'intelligence humaine comme une réflexion de l'intelligence générale de la nature.



Grâce au processus de changement, de digestion émotionnelle, initié par le Chi Nei Tsang, nous pouvons éliminer nos souffrances

Les cinq intelligences

L'approche de la santé selon la médecine chinoise est directement issue du rapport de l'homme et de la nature. Dans un ouvrage datant de la période des Han de l'Ouest (206 av. J.-C. – 24 apr. J.-C.), intitulé : « La célèbre transmission du livre sacré », il est écrit : « L'Eau et le Feu fournissent la nourriture, le Métal et le Bois donnent la prospérité et la Terre fait des provisions. »

La notion de « cinq éléments » représente en fait cinq forces en mouvement. Hélas, le terme « élément » n'évoque pas cette dynamique. L'influence de ces cinq forces en mouvement se manifeste, chez l'être humain, par différentes émotions et comportements, qui vont déterminer nos tendances de vie, nos comportements, nos systèmes d'habitudes, nos goûts pour les choses et pour les situations. Nous parlerons donc de cinq intelligences.

L'intelligence du Bois est liée aux organes yin Foie et yang Vésicule biliaire. Le Bois est associé au système nerveux, c'est l'intelligence pour analyser et résoudre les problèmes. C'est l'intelligence de la logique qui, dans notre éducation, notre société, a tendance à masquer les quatre autres. Avec l'intelligence du Bois, à la différence des quatre

autres, on est soit dans le passé soit dans le futur, mais ni dans le présent ni dans les sensations.

L'intelligence de l'Eau est liée aux organes yin Rein et yang Vessie. L'Eau est associée à l'instinct, c'est l'héritage, l'ADN. C'est ce que nous connaissons de manière innée, qui nous rend conservateurs, attachés aux traditions, au confort de ce que l'on connaît et dont on a l'habitude.

L'intelligence du Feu est liée aux organes yin Cœur et yang Intestin grêle. Le Feu est associé à l'intuition. C'est la plus haute intelligence. Elle se nourrit du Bois.

L'intelligence de la Terre est liée aux organes yin Rate/Pancréas et yang Estomac. La Terre est associée au sens pratique et du confort. C'est l'intelligence « terre à terre ».

L'intelligence du Métal est liée aux organes yin Poumon et yang Côlon. Le Métal est associé au système émotionnel. Il correspond à tout ce qui n'est pas lié au sens pratique ni à une quelconque utilité, mais dont on ne peut se passer et qui embellit la vie ; comme la recherche de l'esthétique (les bijoux, le look), les arts en général. Sans le Métal, la vie serait bien triste.

Le côlon, organe yang du Métal

Comme nous venons de le voir, le côlon est l'organe yang du Métal, donc celui qui est actif, qui manifeste.

Bien que faisant partie du système digestif, il se situe après la zone de digestion. En fait, tout ce qui arrive dans le côlon a pour vocation à être éliminé. Seuls quelques liquides sont encore récupérés. Les selles se moulent dans le rectum. Alors pourquoi le côlon est-il autant innervé ?

Les contractions du gros intestin ont tendance à se maintenir exactement au même endroit, quelle que soit la consistance de la matière fécale qui traverse cette zone. Le lieu de la contraction est significatif pour le corps émotionnel. Pour chaque contraction et pour chaque obstruction dans l'intestin, on trouve une signification et une charge émotionnelle rattachées. Les charges émotionnelles suivent le même trajet que les aliments. Le langage populaire l'exprime clairement : « Ça, j'ai du mal à l'avaler, ça me reste en travers de la gorge, j'ai du mal à le digérer... » Effectivement une émotion, à l'instar des aliments, est soit digérée, soit stockée quelque part. Comme les aliments digérés, une partie nous nourrit, l'autre est éliminée.

Etant de nature irrationnelle, les émotions ne se résolvent pas. Elles se digèrent quand on a la volonté, l'énergie, le soutien, la maturité, la capacité d'évoluer et d'accepter le changement.

Ce que nous digérons nous fait grandir. Grandir émotionnellement, c'est acquérir de la maturité. Ce processus de changement est totalement déconnecté des capacités intellectuelles (Bois) et bouscule les habitudes, nos certitudes (Eau). C'est par ce processus de changement que nous éliminons nos souffrances. L'enjeu, c'est accepter de changer. Si l'on change, le corps n'a plus besoin de nous faire souffrir pour se faire entendre. Nos relations se transforment, notre environnement n'est plus le même. On peut ainsi admettre qu'un « symptôme » ou une situation qui nous font souffrir sont une réaction saine consécutive à une

situation qui ne l'est pas et/ou qui ne l'a pas été (héritage transgénérationnel). On appelle ici « symptôme » tout ce qui fait souffrir, dans tous les aspects de la vie. Dans un sens plus large, ce sont tous les aspects de la vie qui peuvent être analysés.

Le côlon étant l'organe d'élimination et l'organe yang des émotions, quand une charge émotionnelle s'y manifeste, c'est pour l'éliminer. Ce « symptôme » nous propose un changement. Pour toutes les personnes qui parviennent à changer, leurs témoignages expriment que leurs « symptômes » se sont transformés en bénédiction et que leurs vies ont changées.

Il n'y a donc rien à réparer. Par son toucher qui soutient et écoute ce qui s'exprime chez la personne, le praticien du Chi Nei Tsang établit les connexions, valide et renvoie comme un miroir ce qui s'exprime, afin d'initier un processus de digestion émotionnelle. Cela permet à la personne

d'entendre et de valider viscéralement ce qui s'exprime pour le digérer et l'amener vers un processus de guérison. Ici, la compréhension mentale, bien que satisfaisante quand elle se manifeste, n'a que peu d'influence sur le changement. Le Chi Nei Tsang aide les personnes à se reconnecter aux parties d'elles-mêmes qui ont été exclues de leur conscience, à les sentir, à les différencier et à les écouter pour commencer à y confronter les charges émotionnelles qui y sont attachées. Que la souffrance soit d'origine physique, mentale ou relationnelle, le praticien ne s'adresse pas aux symptômes, mais à la personne. Un symptôme ou la transformation proviennent tous deux d'un processus issu des profondeurs de l'être. ■



> Marc Marin et Gilles Marin.
Praticien en Chi Nei Tsang.
Marc Marin organise et encadre les stages de Chi Nei Tsang enseignés par Gilles Marin. Il a étudié la médecine traditionnelle chinoise durant sept ans, en commençant par le tuina, l'acupuncture, la diétothérapie et la pharmacopée chinoise.



Gilles Marin est instructeur senior et thérapeute en Chi Nei Tsang depuis trente ans. Il est l'auteur de *Guérir à partir de l'intérieur avec le Chi Nei Tsang* aux éd. Trédaniel et de *Five elements, six conditions* aux éd. North Atlantic Books.

> Contact
Institut Chi Nei Tsang
1, place du 8-mai-1945
06510 Carros
Tél. : 04.93.08.84.46
Site : www.chineitsang.fr

Marc MARIN