

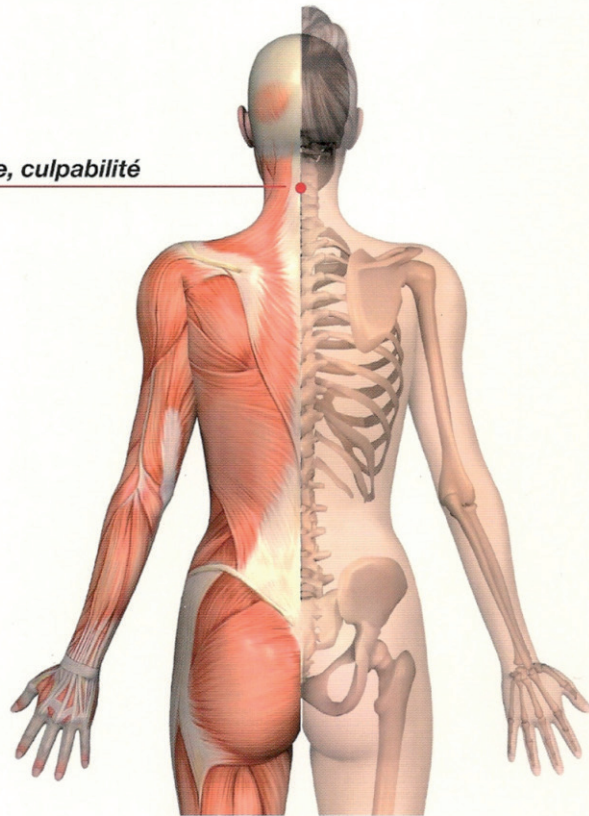
C4

Colère, culpabilité

Réaction comportementale : autosabotage, autopunition, autodestruction.

Réaction le corps : torticolis, névralgies cervico-brachiales, vertiges.

Colère, culpabilité



C4

La colère peut être la conséquence d'une accumulation de tensions résultant d'une impossibilité de dire non. Positivement, elle permet de marquer certaines limites et de rétablir une certaine forme de respect. La colère provoque un changement. Elle est parfois « l'arme » qu'utilisera l'enfant pour s'opposer ou pour marquer son désaccord face à une injustice ou à un manque d'amour. La culpabilité est la cause principale de l'autosabotage, l'autodestruction, l'autopunition. C'est le tribunal intérieur qui détermine la faute, la peine et la sanction qui l'accompagne.

Monsieur A.D., 45ans, souffre de douleurs scapulaires et d'instabilité du côlon. Il est en proie à une colère tenace qui le taraude depuis des années. Il est en colère contre son employeur, contre sa famille, contre ses voisins et même contre lui. Son enfance, pas très heureuse, est parsemée d'embûches, de conflit permanent avec le père envers lequel Monsieur A.D. voue une colère très marquée. L'élimination de cette émotion, non pas en la cachant en soi, ou en la projetant au visage de l'interlocuteur intéressé, mais en la laissant s'évacuer calmement au gré de la libération des tissus, permet un retour de la sérénité.

Monsieur P.L., 50 ans, fait des entorses de la cheville à répétition. Il se prépare physiquement pour le marathon de Paris pendant un an. Il est drastique et méthodique : la veille du marathon, il se fait une entorse de la cheville gauche et le pied est catastrophiquement gonflé. Il ne peut évidemment participer à ce marathon. Le lendemain, de façon incroyable et inexplicable, le pied est totalement dégonflé et totalement opérationnel. Voilà l'exemple typique d'autosabotage et d'autopunition où le corps de l'individu, de façon subtile, met en place des mécanismes afin de punir, d'empêcher d'aller vers un but désiré. La lecture du corps mettra en évidence une culpabilité envers le père : la libération par le corps aura pour effet d'annihiler ce procédé pervers et destructeur.

