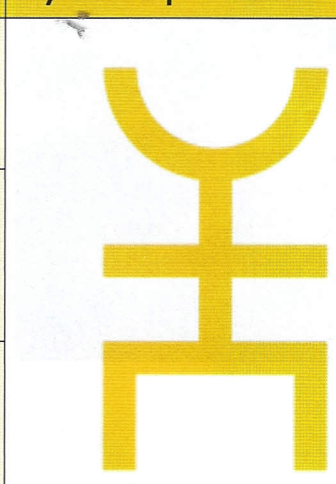
ROSE ET GILLES GANDY

S'exprimer
en son âme et conscience...

La question du bien-être dans le corps pose évidemment la question du bien-être de l'esprit. La plupart des gens savent qu'il y a un lien de causalité direct entre nos états d'âme et notre bien-être corporel. Est-ce à dire que nous tenons enfin la solution pour aller vers l'harmonie et la santé ?

Les choses ne sont pas si simples. En effet, la vision d'une âme qui vient « s'expérimenter » dans un corps suppose d'adhérer à certains concepts qui soulèvent beaucoup d'interrogations. Poser la question de l'âme revient à poser la question de la Trinité. Dans notre tradition occidentale, nous parlons de la Trinité « corps – âme – esprit ». Cette Trinité est visible dans les trois aspects énergétiques de l'être humain, à savoir son corps physique, ses émotions et ses pensées. Elle est symbolisée par les trois étages du corps humain représentés ainsi :

La Trinité	Symbolique de l'humain	Zone corporelle
ESPRIT Sphère intellectuelle, pensées, mental, etc.		**La tête,** zone de la pensée et de la réflexion, mais aussi de l'intention.
ÂME Sphère émotionnelle, les sentiments, le ressenti, etc.		**Le thorax,** zone des mouvements respiratoire et cardiaque.
CORPS Sphère physique, l'instinctivo-moteur, les sensations, etc.		**Le ventre et les jambes,** zone des instincts (boire, manger, se reproduire) et du déplacement (la marche).

Ce qui saute aux yeux immédiatement, c'est que le bien-être du corps est indiscutablement lié à deux autres étages – que nous pouvons appeler l'âme et l'esprit. Mais, en miroir, il s'agit aussi de nos émotions et de nos pensées. Autrement dit, **il est évident que le corps ne peut pas être en paix et en harmonie si des émotions et des pensées perturbent l'individu.** Immanquablement, ces perturbations s'imprimeront dans la matière, c'est-à-dire dans le corps, et cela sous forme de pathologies, de souffrance, de mal-être... Ce n'est pas une découverte !

Mais cette représentation montre qu'il existe deux zones de contact « fragiles » entre ces trois niveaux : le corps humain laisse apparaître des fragilités ou des resserrements à l'intersection entre ces trois étages. Par exemple, la séparation symbolique entre pensée et émotion se retrouve au niveau de la gorge, zone qui va laisser apparaître beaucoup de **problématiques d'expression de nos pensées (être capable de dire ce que l'on pense).**

	Lien descendant	Lien ascendant
Esprit	**Lien Esprit – Âme** L'âme n'est pas informée de sa mission. «je ne sais pas ce que je fais là, la vie n'a pas de sens». La loi ne descend pas et ne protège pas la personne qui ne peut pas contacter l'amour en elle.	**Lien Âme – Esprit** L'intellect est inaccessible. Pas d'éveil possible ni de contact avec sa spiritualité. Pas d'expression de «qui je suis» et de «ma mission sur terre».
Rupture du lien «En mon âme et conscience» = impossibilité d'exprimer «qui je suis»		
Âme	**Problématiques liées à l'âme :** «Je me sens comme enfermé dans une boîte, isolé, triste, déprimé, sans accès à mes envies.» Le centre cardiaque est douloureux.	
Rupture du lien «Corps et âme» = impossibilité de m'exprimer dans la matière		
Corps	**Lien Âme – Corps** La personne ne peut réaliser ses envies. Elle veut faire des choses, mais rien ne se concrétise. Cela ne peut pas s'incarner. «Je mets tellement d'énergie et ça n'avance pas».	**Lien Corps – Âme** Les expériences ne servent à rien. «À quoi bon essayer à nouveau? Rien ne marche». Pas d'évolution possible. «Ce que j'essaie avorte».

De même, le resserrement énergétique au niveau de la taille (le plexus solaire) va somatiser les **difficultés d'expression de nos envies dans le corps (être capable de faire ce que l'on dit et ressent).**

Cette symbolique va bien au-delà du simple constat des localisations de certains symptômes. En effet, les liens énergétiques entre les trois niveaux vont se matérialiser de nombreuses façons. Ainsi, dans un de nos ouvrages *(lignée familiale, comment trouver la paix?)*, nous avons pu mettre en évidence que les problématiques issues de notre généalogie s'incarnaient aussi symboliquement par des ruptures entre les trois niveaux que nous avons explicitées dans le tableau ci-dessus.

Conclusion

Nous pouvons conclure de ce rapide tour d'horizon que le bien-être corps et âme est **intimement lié à la capacité d'expression de l'individu :**

- que cette expression soit physique, c'est-à-dire sexuelle (capacité à se réaliser physiquement et à créer de la vie);
- ou que cette expression soit orale, liée au «verbe» (la capacité à exprimer «qui je suis»).

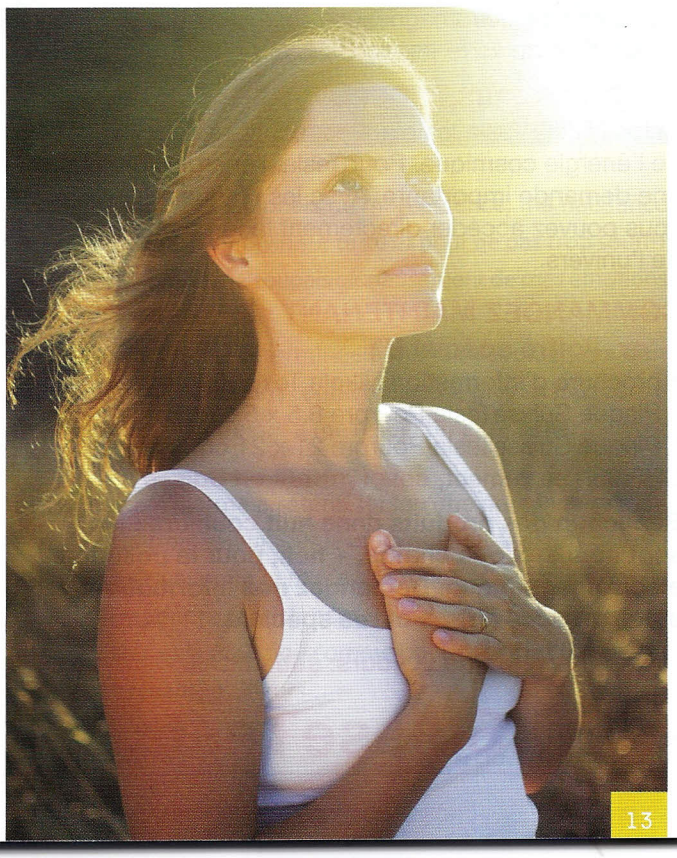
L'âme est malade de ne pouvoir s'exprimer! Coincée entre un mental / menteur et un corps qui est conçu pour des fonctions vitales, elle manifeste tous ces désaccords par des «dés-à-corps», cause de la plupart de nos souffrances.

Vous voulez soigner votre âme? Alors, exprimez *vraiment* «qui vous êtes»...

+ d'infos

Rose et Gilles Gandy

A lire : *«Entités et parasites énergétiques - Un lien entre médecine du corps et esprit» Trajectoire (sortie avril 2014)*
«Culpabilité : l'émotion qui tue! Comment s'en libérer...» Le Courrier du Livre

Stage Recto-Verseau : *«Culpabilité : l'émotion qui tue» Les 26 et 27 avril 2014 à Lutry, avec Rose et Gilles Gandy (Plus d'infos sur : www.recto-verseau.ch)*

www.gillesgandy.com