

Femme de 59 ans.

Sclérose en plaque depuis 20 ans.

Une puissante « locomotive », toujours en déplacement sur le territoire, seule, 2 divorces, pas d'amis authentiques.

Bébé « cheveux sur la soupe », 3ème de la fratrie.

Née d'une maman dépressive très pauvre. Immigrée Hongroise en Belgique. Déracinement. Énormément d'énergie disponible, elle grandit avec l'expression hongroise qui dit « tu vis trop ».

J'ai toujours eu des coups durs et je m'en relevais. Sauf qu'aujourd'hui la maladie va de pire en pire, je ne « men relève plus ». Et j'ai peur. Je n'arrive pas à comprendre pourquoi mon énergie et ma bonne volonté habituelle ne me sortent pas d'affaire et je ne sais pas quoi faire.

Je suis perdue. Fatiguée.

En larmes.

Sanglots.

Je sais au fond de moi que je devrais me reposer mais...

Si je me repose je vais mourir.

Besoins : accueil et sécurité.

Objectif : ressentir que le repos n'est pas la mort, mais la base de la vie.

Au sol, allongée sur le côté, enveloppée de couvertures.

Flots de larmes.

- Qui pleure ?

- Le bébé.

- On l'accueille.

Soutient par le regard. Soulagement inédit.

(temps)

- Qui êtes-vous ?

- Une ambassadrice de la mère universelle.

- Je vois de l'amour de l'amour dans vos yeux.

- Est-ce que vous ressentez de la sécurité ?

- Oui.

- Alors donnez tout votre poids à la terre car c'est elle qui vous porte.

S'en suivent de longs sanglots à répétition. Autant que nécessaire.

- Vous êtes avec moi. Ici et maintenant. Sentez-vous le sol ?

- Oui.

- Sentez-vous l'enveloppe des couvertures ?

- Oui.

- Vous êtes-là, bienvenue et en sécurité. Rien à surveiller, rien à faire.

(Larmes)

(temps)

Un bébé ne se différencie pas de son environnement. La tristesse qui vous habite n'est pas la votre mais celle de votre mère. Rendez-la lui. Une maman dépressive est incapable d'offrir à son bébé la consistance dont il a besoin pour arriver sur terre et s'y déposer. L'hyper activité est une excellente réponse de survie de la part du bébé. Mais cette réponse n'est plus valide à l'âge adulte. Aujourd'hui vous pouvez faire la part des choses. Félicitez le Bébé et choisissez une autre façon d'être à l'âge adulte.

Évocation / invocation des parents. Pardon merci.

Évocation / invocation du bébé. Pardon, bravo.

Encore beaucoup de larmes.

Et quelque chose se calme.

En profondeur.

Maintenant l'attention est orientée vers le dedans.

Cytoplasme tranquille.

Ressource placentaire.

Respiration.

Temps.

Visage béat.
Bouche entrouverte.
Relâchement musculaire.
Abdomen en mouvement.
Absence de spasticité dans les jambes.
Autant de vécus inédits. Incorporation.
Retour à soi. Étoile de mer. Étirement. Envergure.

Fin de séance :

*Ce qui me marque, c'est que ma jambe spastique n'a pas bougé pendant tout ce temps.
Et la respiration est descendue d'elle-même jusque dans mon bas ventre.
D'habitude je dois me concentrer pour y arriver et cela ne dure pas.*

Suggestion de lecture :

En contactant l'émotion solitude / peur de mourir, nous avons défigé le système nerveux autonome.
Le repos est redevenu la base de la vitalité, dans la sécurité.

La myéline endommagée (manque de contenant nourricier et protecteur), la commande nerveuse n'accède pas. La sécurité interne inaccessible induit une surchauffe du système nerveux (sclérose en plaque) : quoi que l'on fasse (activité accrue du centre vers la périphérie / appel sans relâche), la réponse attendue (sécurité) n'arrive jamais. Les muscles, soumis à tant d'injonction, deviennent spastiques.

Je connais 3 autres personnes ayant développé la sclérose en plaque.

L'une fut ignorée par sa mère puis battue par elle.

L'une est orpheline de mère et à grandit avec ses 2 frères bien plus âgés et son père toujours parti.

L'une est une enfant de la DASS.

La blessure précoce de la relation d'attachement comme base de la sclérose en plaque ?

À suivre.

Partage de Marie Foulatier – praticienne en Body-Mind Centering®,
avec l'aimable autorisation de la personne concernée.

www.eveilsomatique.fr