



*Quand le corps nous parle*

*Lea Arragon*

 Pinterest

Ce partage est une vision née des prises de conscience que m'ont offertes ces dernières années de pratique en énergétique. Le fruit d'observations, de nombreux échanges et de ressentis qui ont mûrit aux travers les rencontres et les accompagnements que je mène.

Lorsqu'une personne vient pour un soin, c'est bien souvent avec le souhait de retrouver un équilibre – perdu ou fragilisé – qu'il soit d'ordre psychique, émotionnel ou physique.

Elle a, dans la plupart des cas, déjà exploré la voie de la médecine allopathique ou de diverses thérapies. Mais, ne trouvant pas l'état d'apaisement ou de stabilité recherché sur la durée, elle choisit alors de se tourner vers des approches plus globales, comme les médecines holistiques.

Mon propos ici n'est pas d'émettre un jugement ou un avis sur telle ou telle méthode. Il s'agit plutôt d'inviter à une réflexion plus intime, plus profonde.

Car tout symptôme physique n'est-il pas, en réalité, un signal – le dernier peut-être – que notre être nous envoie pour nous alerter d'un déséquilibre intérieur ? Il devient alors une porte d'entrée vers une compréhension plus fine de soi, une opportunité de mettre en lumière ce qui, en nous, ne vibre plus en harmonie : nos fonctionnements automatiques, nos schémas de pensée, nos réactions émotionnelles...

C'est à partir de là que je souhaite vous inviter à une réflexion plus profonde :

Depuis quel espace en vous ressentez-vous le besoin de vous tourner vers une médecine, une pratique, un soin ?

Est-ce un espace qui attend de l'extérieur une solution, persuadé que cette approche vous conduira à l'état d'équilibre, d'harmonie ou de guérison ?

Ou est-ce un espace en vous, disponible, prêt à accueillir le message que la Vie cherche à vous transmettre à travers ce déséquilibre ?

Un espace qui, au-delà de toute attente, s'ouvre à la transformation intérieure, à une véritable transmutation, afin de laisser l'harmonie s'installer durablement, de l'intérieur vers l'extérieur ?

Et si, avant toute prise de rendez-vous, on s'autorisait à laisser ces réflexions infuser ?

Et si, avant toute chose, on s'offrait la possibilité de laisser émerger en notre Être ce questionnement, sans que le mental ne cherche immédiatement à imposer une réponse :

Qu'est-il juste de faire pour que l'état d'harmonie revienne ?

Vers quel outil, quelle pratique, est-il juste – en cet instant – de me tourner ?

Et si ce qui émergeait, depuis cet espace profond du cœur, était précisément la voie à suivre ?

Et si, au lieu de simplement chercher à « aller mieux », nous prenions vraiment le temps d'écouter ce que notre corps tente de nous dire ?

Si nous considérons chaque inconfort comme un message précieux, nous invitant à réajuster notre façon de penser, à réaligner notre manière de vivre avec ce qui est profondément juste pour nous ?

Et si ce chemin de guérison ne consistait pas seulement à retrouver un équilibre pour reprendre notre vie « comme avant », mais à accueillir – avec honnêteté et ouverture du cœur – ce que cette crise ou ce déséquilibre a à nous enseigner ?

Car c'est dans cette démarche de transformation intérieure, de transmutation authentique entre soi et Soi, que l'état d'équilibre durable peut émerger.

Bien sûr, ce chemin peut être accompagné. Mais rappelons que, quelle que soit la pratique choisie ou la médecine employée, l'accompagnant n'est qu'un guide, un outil au service d'un cheminement profondément personnel.