

ETUDE DE CAS

1. DISCUSSION

Suite à la dernière séance, la personne a ressenti un bien-être progressif et a pu s'éloigner quelque temps des terrains de volleyball afin de récupérer tranquillement et sans stress (physiothérapie notamment).

En ce qui concerne son futur en Suisse, elle reste encore indécise et ne sait pas comment elle va s'y prendre. Toutefois, elle a décidé de changer de club et cela est une certitude. Pour ce faire, elle a entamé une série d'essai dans différents clubs à travers la Suisse et, bien que n'ayant pas encore trouvé celui qui l'accueillera la saison prochaine, cette action la laisse confiante pour la suite.

D'un point de vue sentimental, elle est toujours dans l'inquiétude et se demande ce que cela va donner, à savoir si un homme va la regarder sincèrement, sans que son visage soit un obstacle.

À ce sujet, elle va subir dans les prochains mois (selon les conditions de son assurance) une intervention chirurgicale et cela lui fait peur.

A. Ressentis

- i. Physique : lors de la rotation interne du bras et de son élévation : 3
- ii. Mental : anxiété : 10
- iii. Émotionnel : chagrin : 7 ; déchirure : 10

Objectif : « *J'accepte le changement pour trouver l'amour* »

2. PRE-TEST : EAU

SWITCHING H/B → MASSAGE DES POINTS VC/VG

SWITCHING G/D → MASSAGE R27

3. DEFINITION DE L'OBJECTIF

A. Qu'est-ce qui changerait si objectif atteint :

- i. S'ouvrir à de nouvelles choses et sortir de la solitude

B. Qu'attendez-vous de la séance :

- i. Avoir plus de confiance et de joie au sujet de l'amour

C. Quel sera votre premier pas :

- i. S'accepter complètement

D. Comment vous sentez-vous quand vous êtes cela :

- i. Affirmée et sûre de moi, comme responsable de mon propre bonheur

E. Si votre objectif était là, comment marcheriez-vous vers lui ?

- i. Marche vers l'objectif avec dignité (tête et posture droite) et détermination

F. Posture, démarche, attitude, etc.

- i. Attitude confiante

4. TEST DE L'OBJECTIF

ÉMOTION : VG : + HONNÊTE V→AS→V

ELLE COMPREND CETTE EMOTION PAR LE FAIT QU'ETANT PHYSIQUEMENT EXPOSEE, ELLE NE PEUT EN QUELQUE SORTE PAS « MENTIR », NI CACHER QUI ELLE EST. ET QUE LES AUTRES ONT EGALEMENT DE LAS PEINE A DISSIMULER LEUR « GENE » OU LEURS IMPRESSIONS FACE A ELLE.

5. OBSERVATION ET CONSCIENCE POSTURAL

A. Position statique

- i. Elle se sent bien

B. Position dynamique

- i. Rien de particulier à dénoter. Elle prend plaisir à effectuer l'exercice et fait des commentaires sur l'aménagement du cabinet.

6. EVALUATION SUBJECTIVE

- A. Échelle de l'objectif : 4
- B. Énergie disponible : 4
- C. Valeur attractive : 600 → au test 149

Elle estime que changer des comportements ancrés depuis longtemps s'avèrent être aussi un travail qui passe par le corps et ses anciennes mémoires

7. EQUILIBRATION DES 14 MERIDIENS

- A. 42

VG déverrouille : RS → OK

- i. Faiblesses - :
 - E : cou ant 15°, GPC
 - F : GPS
 - RP : trap' inf, g.dorsal
 - C : subscap
 - MC : m-fessier, piri', abd
 - TR : soléaire(d), sartorius, gracile
 - IG : quadri, abdo et abdo oblique
 - P : g-dent, delto, diaph'

- ii. Excès + : P ; C ; GI, E, VB, Rp, Re, Tr, IG

8. RAISONNEMENT

- A. Le méridien choisi est MC car il est le YIN prioritaire dans la loi des 5 éléments (confirmer via le test)
- B. Ce méridien fait sens pour la personne car, après explication, elle comprend qu'il est une fonction importante dans l'amour et l'acceptation de soi. En lui expliquant que le méridien MC est LA voie d'accès direct au cœur, elle prend conscience que les problèmes de séparation et de déchirure qu'elle ressent résulte de ce manque de couverture, de cette protection. Elle entend bien que le méridien MC est en quelque sorte le SAS qui mène au cœur et qu'il est celui qui le module et gère son fonctionnement.

Le fait que tous les autres méridiens de l'élément **FEU** soit en excès et que le méridien du **MC** soit en faiblesse lui fait comprendre qu'elle a de grandes passions mais que le messenger (ministre) trop affaibli, peine à exporter, transporter et remettre les messages aux « destinataires » en question.

- ii. Elle comprend que le fait d'équilibrer le méridien de la **MC** permettra d'harmoniser ce manque de communication interne et externe.

9. TECHNIQUE D'EQUILIBRATION

A. L'équilibration choisie via le test est la tenue des points NV et les métaphores du méridien **MC** et de l'élément **FEU**

Par CMI, les questions suivantes ont été traitées :

- Avez-vous assez de passion et d'énergie ? : **oui**
- Avez-vous trop de passion, jusqu'à en brûler vos réserves énergétiques et celles des autres ou êtes-vous trop froide et sans passion ? **beaucoup de passion car j'aime beaucoup donner. Mais étant en Suisse, je trouve les gens plutôt froid et distant. C'est difficile de se faire des relations**
- La circulation de votre sang vous semble-t-elle suffisante, avez-vous assez de chaleur, de nourriture et d'énergie sexuelle ? : **En ce moment de ma vie je n'ai pas beaucoup de chaleur et je me sens seul, d'ailleurs je mange pas mal de gâteau car ça me reconforte (rire).**
- Pouvez-vous supporter la chaleur ? ou le stress et les passions vous accablent-ils ? : **J'effectue un travail sur moi pour ne pas céder à la pression mais les différentes attaques je subis sont parfois décourageantes et je suis lassée. C'est la raison pour laquelle je ne continuerai pas dans ce club dans le futur.**
- Êtes-vous à l'aise avec vos limitations ? : **Oui, en règle générale je suis quelqu'un de très calme et posée. J'aime faire la fête mais je suis aussi réservée.**
- Vous faut-il plus d'amour et de joie dans votre vie ? : **Oui, mais je pense surtout que je dois apprendre à m'aimer**

Les muscles sont **équilibrés** et les points d'alarme sont **OK**

10. POULS CHINOIS

A. Le méridien du **Coeur** a déverrouillé au test du pouls chinois.

Afin d'aller plus en profondeur, j'ai décidé de tout de même vérifier tous les autres méridiens et voir s'ils étaient aussi en excès profond.

Il y a eu, en plus du méridien **Coeur**, le méridien du **Foie**, celui du **Poumon** et celui de la **Rate-pancréas**.

Après explication, la personne comprend l'interrelation qui existe entre le méridien du **Coeur** et celui du **Poumon**, *dans la mesure où l'un gouverne le Ki et l'autre le Sang*.

Par ailleurs, je lui explique que la « colère » a en elle des relents de frustration, d'insatisfaction, de ressentiment et qu'elle peut conduire à la dépression quelque fois ; je lui explique que la colère peut affecter le **Foie** ce qui va par conséquence toucher le **Coeur**, indirectement. En effet, la colère, entraînant une montée du Yang (ou **Feu**) du **Foie**, se transmettra finalement au **Coeur** par le cycle d'engendrement ; ce phénomène provoquera des excès « à la chaîne » du fait que le cœur est le gouverneur par excellence.

La personne explique qu'elle vit des frustrations récurrentes et qu'elle ne se sent pas à sa place, voire difficilement accepté et que, bien qu'elle n'explose pas sur les autres, elle retient et conserve pour elle cette colère qui mène parfois à la rigidité du comportement (manque de douceur avec soi-même, inflexibilité et exigence personnelles (hors-mesure, même pour une sportive professionnelle)).

Équilibration par les points de sédation du méridien Poumon (choisi au test) → OK

11. ANCRAGE DE L'OBJECTIF

- A. L'objectif verrouille et je propose une LSE afin qu'elle visualise sereinement son opération et les bienfaits que celle-ci pourra lui apporter.

Cette équilibration lui procure un sentiment de plénitude et de gratitude profond qu'elle exprime en me remerciant vivement.

12. POSTURE ET ÉVALUATION SUBJECTIVE

- A. Échelle de l'objectif : 4 → 8
- B. Énergie disponible : 4 → 10
- C. Valeur attractive : 600 → au test 149

Désormais, 905

- D. Ressentis :

- i. Physique : lors de la rotation interne du bras et de son élévation : 3 → OK
- ii. Mental : anxiété : 10 → 1
- iii. Émotionnel : chagrin : 7 → 1 ; déchirure : 10 → 2

13. CLOTURE DE LA SEANCE

- A. La personne repart avec :

- Beaucoup d'émotions positives
- L'impression qu'il y a eu un grand pas qui a été fait
- De la gratitude
- De la plénitude

- B. Prise de conscience :

Le travail sur les 5 éléments lui a permis de voir l'interconnexion entre les différents systèmes et leur interdépendance. La science kinésiologique lui a ouvert les yeux sur sa façon de *voir* le

monde et *d'agir* dans le monde. Elle a compris que c'était tout d'abord à elle de changer et de se regarder différemment avant d'attendre cet « effort » là chez les autres. Elle me dit qu'elle a toute sa vie dû se battre à cause de sa différence et que c'est malgré tout cette différence qui lui a permis d'être qui elle est aujourd'hui et d'avancer jusqu'ici (étude, sport, etc.). Elle s'est façonnée une image bien que celle de son intérieur lui plaise beaucoup tout ça pour être en adéquation avec le monde alors qu'elle estime avoir plus à donner (en parlant d'elle-même). Il y a une part d'elle qui veut terriblement exister et cette partie-là est belle est bonne, alors pourquoi la cacher ?

C. Les pas en plus et la nouvelle dynamique :

Un regain d'énergie à utiliser pour s'affirmer complètement et ne plus laisser les médisances et l'avis extérieur impacter sur son humeur jusqu'au point où elle perd son potentiel d'action. Se tenir debout et affronter les difficultés et exprimer son ressenti. S'accepter franchement et décider de réaliser dans le monde ce qu'il se passe dans le mental.

14. BILAN

Un très bel accompagnement dans la réalisation d'un potentiel aussi bien sportif que personnel et privé. Tout au long de ces séances, j'ai eu affaire avec une personne qui vivait dans une friction avec le monde et qui souhaite trouver de la paix et du réconfort. Son évolution lui a permis de comprendre qu'il lui est plus favorable de retourner cet amour vers elle-même sans attendre de changement particulier chez les autres. Ce travail m'a fait voir aussi l'inextricable lien qui se trame au sein des 5 éléments. Ils permettent en effet d'expliquer avec beaucoup de précision et une grande clarté le jeu des émotions qui a lieu à l'intérieur de chacun de nous. J'ai aussi eu l'impression que bien que les objectifs étaient différents, ils avaient tout de même une certaine correspondance entre eux et que les problèmes qui apparaissaient, provenaient en quelque sorte du même germe. En avançant, au fil des séances, j'ai pu noter que petit à petit les barrières et les obstacles se dissipaient pour laisser place à une bonne compréhension des situations difficiles et de leur genèse. Ainsi, bien qu'on n'ait pas supprimé les causes susceptibles de déclencher de la colère, du ressentiment ou de la tristesse, on a eu l'occasion de travailler en grande partie sur la prise de conscience de leur nature afin qu'elle puisse les appréhender et atténuer les effets néfastes qu'ils provoquaient autrefois.

Enfin je suis très satisfait de ce suivi car il a pu apporter beaucoup de rigueur à ma méthode de travail. J'ai pu voir qu'un accompagnement était avant tout un réel travail de fond. J'avais pour habitude de reporter certains points notables de la séance et avec le fil rouge que vous avez proposé en vue de l'examen, il m'a été donné d'avoir un meilleur retour sur la qualité de mon travail et de son appréciation.