

# Feu



Makko Ho      Expression

**Toucher Feu** : c'est un toucher d'amour, sans jugement. Il faut aider le receveur à trouver son noyau authentique.

**Mot-clé** : ASSIMILATION DANS LE NOYAU CENTRAL

## Stade 3: assimiler et intégrer les aliments



The diagram illustrates the process of assimilation in the central nucleus. It is divided into two main parts. The top part, labeled 'stade', shows a large, irregular shape representing the central nucleus. Inside this shape, there are several smaller shapes representing different organs: 'Stomac' (stomach), 'Rate' (spleen), 'Intestin Grêle' (small intestine), and 'Coeur' (heart). Arrows indicate the flow of energy or information from the outer layers towards the center. The bottom part shows four smaller diagrams illustrating the process of assimilation, with arrows indicating the inward movement of energy or information.

Assimilation dans le Noyau Central

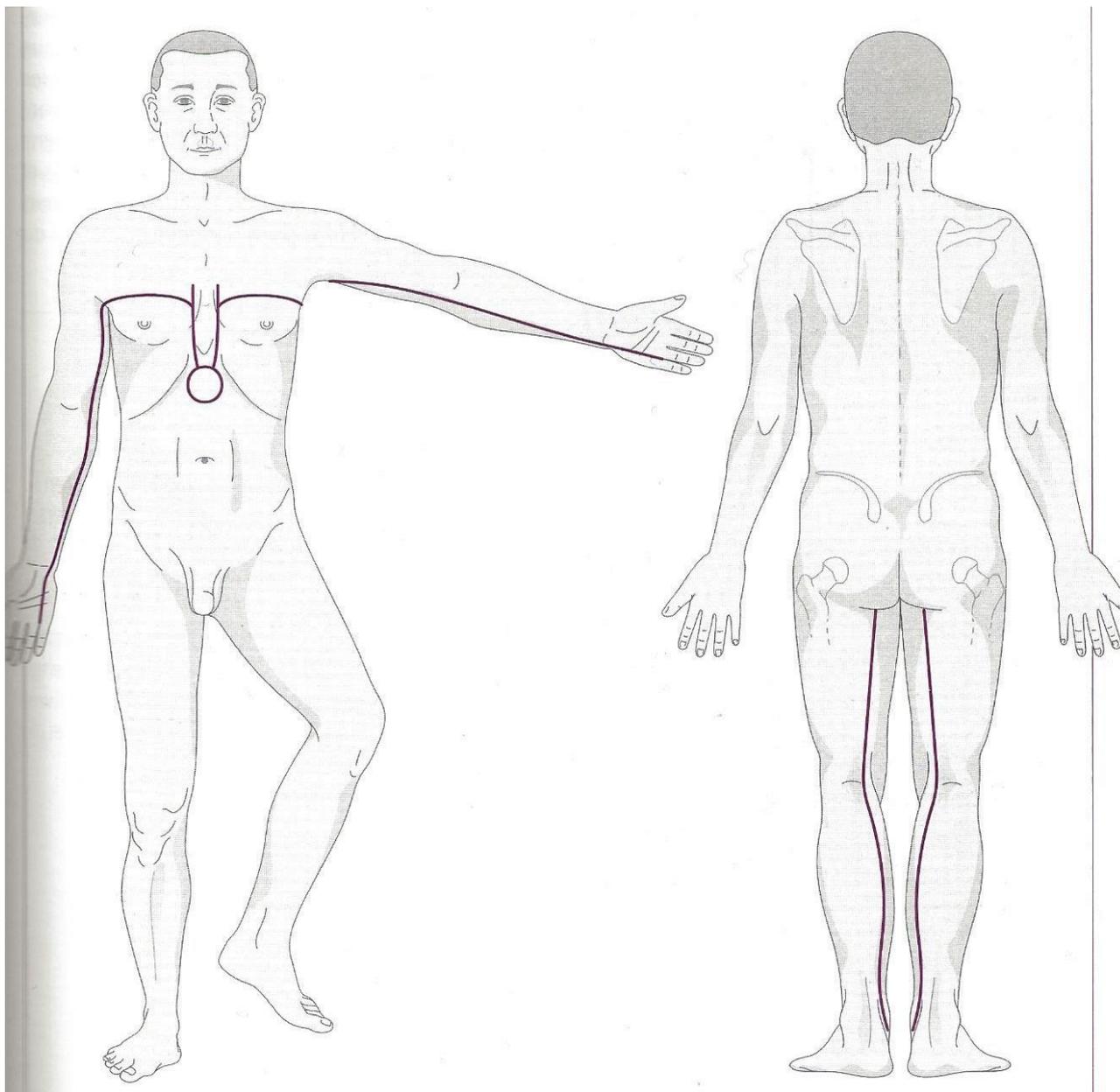
A la fin de la phase 2, l'objet convoité a été incorporé et transformé en forme utilisable (c'est le rôle d'Estomac et de la Rate) mais il n'a pas encore été assimilé. La phase 3 correspond à l'absorption de l'objet désiré dans notre identité propre.

De la même façon que la tartine de miel n'appartient plus à l'abeille ou au grain mais à Jane l'amibe. L'Intestin Grêle assimile ce qu'il considère nécessaire aux besoins de chaque moment : les aliments, les impressions sensibles, l'information, l'expérience. Et c'est le Cœur qui les intègre dans les fonctions corporelles et les réponses émotionnelles.

Le mouvement de cette phase se fait donc vers l'intérieur.

Les mots clés sont Assimilation dans le Noyau Central (le centre de l'identité)

## Fonctions Zen Shiatsu du Cœur



L'extension du Cœur entoure notre noyau émotionnel

### 1. Noyau de l'être émotionnel :

Tout ce que nous assimilons dans le contexte physique et mental devient nôtre par le pouvoir de transformation du Feu.

L'Intestin Grêle assimile, le Cœur intègre, créant ainsi notre individualité propre. Une légende chinoise dit « qu'un médecin très réputé transplanta mutuellement les cœurs de 2 hommes. Quand ils regagnèrent leur domicile, leurs familles respectives ne les reconnurent pas ». Ceci montre le pouvoir intégrateur du Cœur. C'est à dire que notre conscience – le Shen – hébergée par le Cœur, modèle et forme notre corps et notre esprit.

### 2. Réponse émotionnelle :

Masunaga reprend les anciens textes de MTC et voit le Cœur comme le système qui intègre les informations provenant des 5 sens. Et pas le cerveau comme en Occident. Le Cœur reçoit ses informations, les intègre, et envoie une réponse appropriée.

Donc si notre Cœur est déséquilibré, nos réponses seront inappropriées. C'est pourquoi toutes les névroses,

hypersensibilité, troubles de la concentration ou de la mémoire, la paranoïa etc... relèvent du Cœur.

Physiquement cela se traduit par une hypersudation au niveau des mains, des palpitations et un estomac irritable.

### 3. Tension émotionnelle et physique :

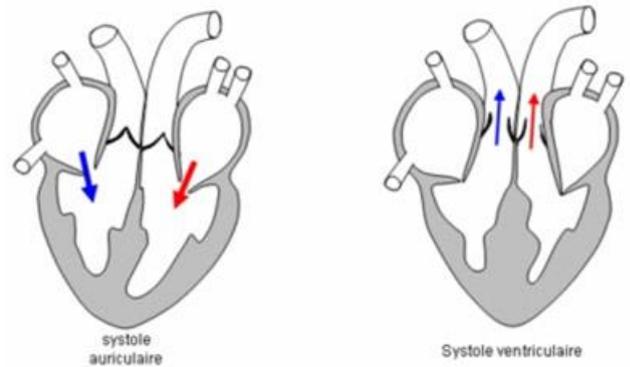
Quand le Cœur est faible, il apparaît une tension physique dans le corps qui tend à se protéger par une carapace.

Cette rigidité physique est à l'origine des bégaiements, de raideur du plexus solaire, de quelque chose de « collé dans la gorge » qui sont en MTC affiliés à une Stagnation du Foie.

### 4. Méditation et réflexion :

Comme en MTC, Masunaga reprend le mouvement du Cœur vers l'intérieur (car il assimile les stimuli extérieurs). Il parle de la phase de repos Yin entre les mouvements cardiaque Yang, comme un calme dans le noyau de notre soi.

Le mouvement de l'énergie du Cœur est similaire à celle du sang qui entre et sort de l'organe cœur.



## Synthèse des fonctions du Cœur en MTC / Zen Shiatsu

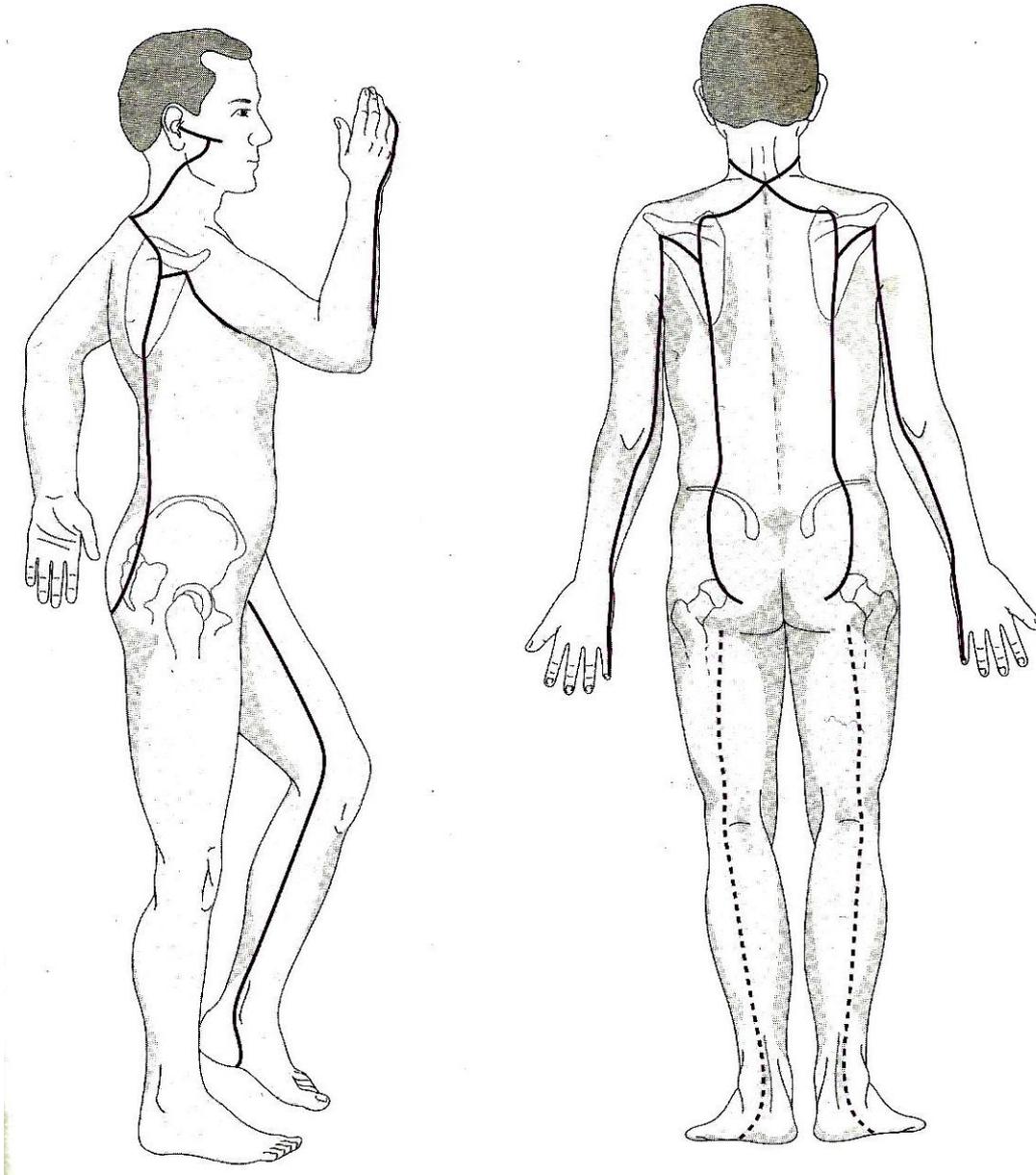
MTC	MASUNAGA
Maison du Shen Relation Shen/Sang Lié aux émotions Feu du Cœur Ki et Yang du Cœur Sudation Circulation Responsable du teint et des yeux S'ouvre dans la langue	<ul style="list-style-type: none"> <li>- noyau de l'être émotionnel</li> <li>- réponse émotionnelle</li> <li>- tension émotionnelle et physique</li> <li>- méditation et réflexion</li> </ul>

## Symptômes d'un déséquilibre de Cœur en Zen

Kyo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- faible circulation / fatigue</li> <li>- palpitations / angine de poitrine</li> <li>- bégaiement</li> <li>- transpiration excessive des mains</li> <li>- faiblesse / raideur dans le Hara sup</li> <li>- nervosité / hypersensibilité / choc</li> <li>- inquiétude / agitation</li> <li>- faible mémoire</li> <li>- tristesse / déception</li> </ul>
Jitsu
<ul style="list-style-type: none"> <li>- palpitations douleurs de poitrine</li> <li>- faible circulation</li> <li>- ulcères sur la langue</li> <li>- transpiration excessive</li> <li>- nervosité / surexcitation</li> <li>- hystérie / manie / rire inadapté</li> </ul>

## Fonctions Zen Shiatsu de l'Intestin Grêle

**Mot-clé : ASSIMILATION**



En Zen, il n'est plus l'assistant de la Rate et il a un rôle important dans le système digestif (comme en M.occidentale). Comme en MTC il aide le Cœur à assimiler, mais en Zen il fait également le lien entre le Cœur et le Hara.

Il a également un rôle avec le Sang (qui est attribué à Foie et Rate en MTC)

### **1. Assimilation :**

Rappel MTC : il capte les aliments et les stimuli environnants qu'ils soient émotionnels ou sensitifs, pour les assimiler dans le Sang, dans les tissus, et pour obtenir des réponses internes adaptées. (assimiler signifiant « convertir une autre substance en soi même », d'où la relation étroite avec le Cœur).

Les symptômes classiques d'une mauvaise assimilation sont l'indigestion, un manque d'énergie, une anémie, une constipation et une diarrhée qui seraient tous imputables à la Rate en MTC car IG travaille sous ses ordres.

D'un point de vue émotionnel, le choc est l'exemple majeur du refus du corps et de l'esprit d'assimiler une information inacceptable. L'exemple type est le « coup du lapin » suite à un accident. On peut retrouver un déséquilibre d'IG, des mois, voire des années après l'accident. En MTC les chocs sont plutôt du ressort de **Maître Cœur**.

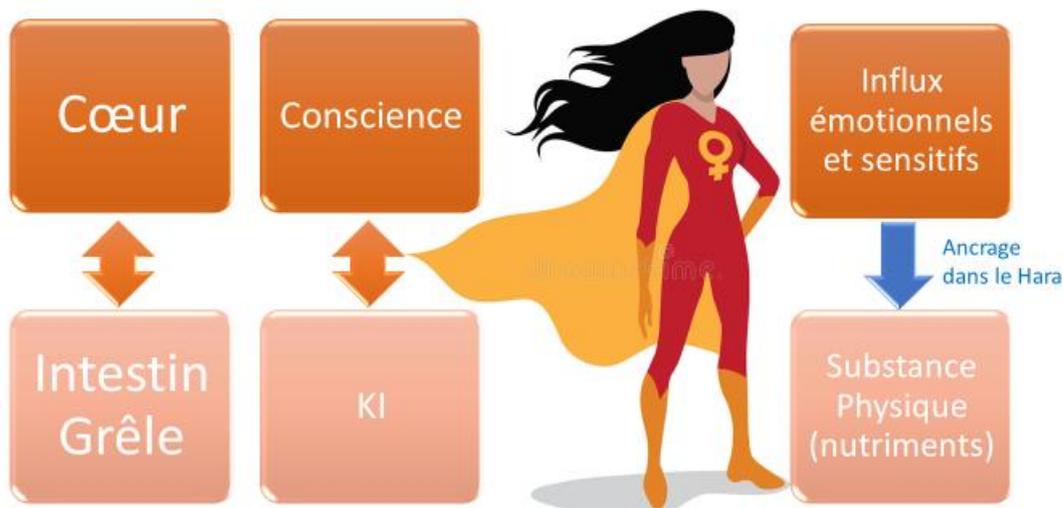
## 2. Répression émotionnelle :

L'absence d'assimilation se manifeste souvent par une incapacité à reconnaître des souvenirs déplaisants ou ses propres émotions inacceptables. L'exemple type est le déni après une agression sexuelle dans l'enfance.

Dans ce cas, l'information n'est pas présentée à notre conscience, elle est donc détachée et doit s'exprimer ailleurs en créant une dysharmonie entre le haut et le bas du corps.

## 3. Relier le Cœur au Hara :

En Zen Shiatsu, on parle du lien Cœur/Intestin Grêle comme du lien conscience/Ki.

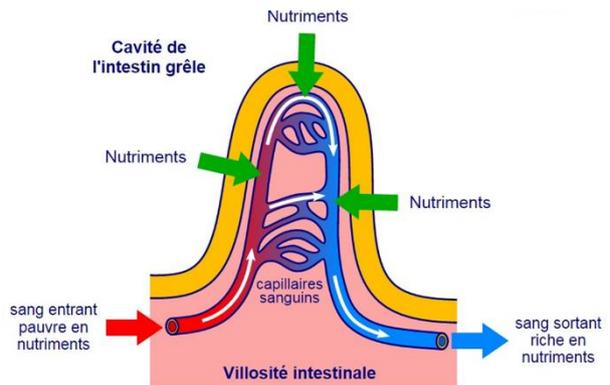


Dans le haut du corps, le Cœur intègre les influx émotionnels et sensitifs

Dans le bas du corps, Intestin Grêle intègre la substance physique (les nutriments) pour fabriquer le Sang et le Ki. Il travaille donc dans le Hara en enracinant le Cœur dans le bas du corps pour qu'il reste calme et ancré.

#### 4. Fabrication du sang :

En Zen Shiatsu l'Intestin Grêle travaille en duo avec le Cœur pour fabriquer le Sang (rappel 1 A: C'est surtout la Rate qui fabrique le Sang = Ki graine+ air+ki source + Shen), de par son rôle dans l'apport de nutriments dans le sang.



#### 5. Circulation abdominale et pelvienne :

En cas de choc, le Sang se réfugie dans les organes ce qui aboutit à une Stagnation du Sang dans l'abdomen.

C'est pourquoi Masunaga associe une mauvaise circulation abdominale et pelvienne à l'Intestin Grêle qui se traduit physiquement par une appendicite, des lombalgies, des dysménorrhées et des affections gynécologiques (qui sont attribués au Foie en MTC). On trouvera aussi de par leur emplacement, la fonction ovarienne.

#### 6. Atteinte du cou et des épaules lié au trajet du méridien

Les symptômes qui persistent depuis la date d'un accident ou d'un choc peuvent s'enkyster dans les épaules, le cou ou les lombaires.

#### Synthèse des fonctions d'Intestin Grêle en MTC / Zen Shiatsu

MTC	MASUNAGA
<ul style="list-style-type: none"> <li>- sépare le pur et l'impur</li> <li>- donne la clarté</li> <li>- atteintes abdominales</li> <li>- localisation du méridien et action sur les zones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- assimilation</li> <li>- répression émotionnelle</li> <li>- relier le cœur au Hara</li> <li>- fabrication du Sang</li> <li>- circulation abdominale et pelvienne</li> <li>- en relation avec les ovaires</li> <li>- atteinte du cou et des épaules</li> </ul>

#### Symptômes d'un déséquilibre d'Intestin Grêle en Zen

Kyo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- douleur abdominale / envie de boissons chaudes</li> <li>- gargouillements</li> <li>- diarrhée</li> <li>- manque de force dans le Hara / faible circulation dans les hanches</li> <li>- indécision / manque de clarté mentale</li> </ul>
Jitsu
<ul style="list-style-type: none"> <li>- gonflement de l'abdomen et/ou douleurs à type de torsion</li> <li>- flatulences, gargouillements, constipation</li> <li>- douleur abdominale avec chaleur, soif et agitation</li> <li>- surdité</li> <li>- douleurs et raideur des épaules et du cou</li> <li>- agitation mentale, obsessionnel, indécision</li> </ul>