

## Le corps conscient du Dr Olivier Vuagniaux, 1er tome : corps à cœur

Olivier Vuagniaux est un psychiatre-psychothérapeute suisse, formé à l'hypnose ericksonienne. C'est au patient de profiter de l'état hypnotique dans lequel il est plongé, afin d'exploiter ses différents stades de conscience et ainsi mettre le doigt sur les traumatismes.

Le docteur Olivier Vuagniaux

Ce spécialiste de l'âme s'est formé auprès du Dr Jean Sarkisoff, qui a mis au point une forme de psychothérapie corporelle. Lors de cet enseignement alternatif, Dr Vuagniaux se confronte aux souffrances humaines de patients, qui se déconnectent de leur enveloppe, de cette masse trop souvent écartée de l'esprit. En effet, la perception la plus générale et retenue consiste à séparer le physique de la conscience. Une vision très ancrée à la culture judéo-chrétienne, qui nous est transmise et encouragée par la science. On évoque un corps matériel : une espèce de vaisseau qui contiendrait un pilote, le cerveau. Mais ce muscle fait bien partie de cette anatomie, de cette machine qu'est l'être humain. Au niveau médical, l'on parle aussi bien de traumatisme pour définir une fracture. Les conséquences de ce choc sont bien visibles : l'os devra se ressouder petit à petit. Pour cela, il faut adopter une surveillance constante de la blessure si l'on veut la voir guérir. Dans le cadre d'une psychanalyse (de la psychiatrie plus généralement), le concept de trauma opère une incidence directe sur la perception d'une personne sur elle-même. À la manière d'une fracture qui empêche de marcher, le cerveau et le corps se souviennent de l'accident...



Corps à cœur, le premier tome de Corps Conscient

Auteur du livre Corps à Cœur, premier tome d'un travail global intitulé Corps Conscient, ce passionné s'est particulièrement attaché à un point crucial, élément autour duquel il brode une théorie. Lui-même considère que ces ouvrages sont un manifeste. Justifiant d'une expérience significative en tant que psychiatre et psychanalyste, ce livre est le fruit de trois décennies de recherche sur le rapport entre le corps et l'esprit. L'écrivain-scientifique part donc du postulat que le physique lui-même est doté d'une conscience, là où les autres écoles plus classiques « mentalisent » le soi. Dès le début de cet épais ouvrage qui peut être difficile d'accès, car rédigé dans un jargon de spécialiste, l'auteur explique ses propres perceptions et concepts par des métaphores ou des contes connus de tous comme Cendrillon, la Belle au Bois dormant, Narcisse ou encore le célèbre Œdipe associé à Freud — déconstruit ici.

Une main posée sur le ventre

Afin de créer une corrélation directe entre le corps et l'âme, le psychiatre fait référence à ses patients et à ses consultations alternatives. Chez lui, pas de distance entre deux fauteuils mais plutôt une main posée sur le ventre. Grâce à ce contact, le corps réagit et établit même une connexion entre plusieurs « couches » de personne. Pour toucher son lectorat, Dr Vuagniaux exploite à fond l'image de la poupée russe et ses versions empilées les unes aux autres. Ces alter ego sont le fruit d'une existence, elles se créent à différents stades de la vie : une version bébé, enfant, ado... Ce sont des concepts qui incarnent des traumatismes et encaissent des informations qui auront un impact, une conséquence sur l'avenir de chacun. Grâce à sa formation très ancrée sur le rapport étroit entre l'esprit et le corps, l'auteur se concentre particulièrement sur une zone de l'anatomie en particulier qu'est le ventre.

### Un livre inspiré de véritables consultations

Par pression, les tensions du corps se remarquent. L'expert théorise même un lien entre une crise d'appendicite à un jeune âge avec la charge mentale : ce bout d'organe s'irriterait par une trop grande attente émanant de l'adulte, répercutée sur l'enfant. D'ailleurs, le psychiatre ne manque pas d'assurer que l'essentiel du livre s'inspire de véritables consultations et d'échanges avec ses patients. Bien loin d'un suivi psychothérapeutique classique, cette façon de percevoir le corps est très intrigante. Elle bouscule les préjugés et donne envie de s'intéresser à ces méthodes. Par ailleurs, la passion et la bienveillance de son discours sont des éléments qui rendent la lecture très agréable. L'auteur n'hésite pas non plus à insérer des citations, provenant de livres sourcés, qui l'aident à appuyer son argumentaire. Puisque les retranscriptions sont des séances ayant véritablement existé, l'angle d'apprentissage donne un caractère ludique à ce livre qui est un manuel de rencontre avec soi, à travers ce ventre. Ces intestins qui ont la réputation d'être le second cerveau de l'être humain. Après tout, le corps porte la mémoire du traumatisme. Pour venir à bout de ce barrage de la langue, qui nous empêche de réellement comprendre les motivations et besoins qui sont les nôtres, il importe d'entreprendre une longue thérapie. Certains éléments surprennent comme cette référence à une étude américaine, au sujet de la communication viscérale à distance.

### Un ouvrage scientifique et philosophique

Pour se connaître, il semble essentiel d'interpréter les rêves et de les comparer à des contes pour enfants ou même des mythes, afin de les décortiquer. Cela passe par une dissection des mots utilisés et les peurs. Un premier ouvrage scientifique et philosophique, qui invite à réfléchir différemment, concernant sa propre vision du corps des autres, mais surtout le sien. Le second tome est déjà disponible aux éditions Vérone et se nomme "La voie du corps".