

MOUVEMENT ET EMOTIONS

Dr Christian Mouglalis
Congrès FAFORMEC
LILLE 2009

1

Mouvement et émotions

- Les émotions sont rendues par « Wu Zhi » (5 sentiments) et « Qi Qing » (7 passions)
 - Wu Zhi 五志
 - » Nu 怒, Xi 喜, Si 思, You 憂, Kong 恐
 - Qi Qing 七情
 - » Nu 怒, Xi 喜, Si 思, You 憂, Kong 恐, Bei 悲, Jing 驚

2

Mouvement et émotions

- A aucun moment il n'y a séparation entre le contenu affectif des émotions et les sensations corporelles. Un sentiment ne se définit pas prioritairement par son contenu psychologique mais plutôt sous la forme des mouvements internes qu'il induit dans le vécu corporel.

3

Mouvement et émotions

- Les textes chinois nous montrent bien à quel point les émotions sont perçues comme des mouvements.
- Ling shu : 8 – 36
- Su Wen : 23 – 39 – 62 – 81
- Exemple Su Wen 39

4

Mouvement et émotions

- Su Wen 39
 - Quand il y a la colère, le souffle monte
 - Quand il y a la joie, le souffle ralentit (s'harmonise)
 - Quand il y a le chagrin, le souffle disparaît (dissout)
 - Quand il y a la peur, le souffle descend
 - Quand il y a le froid, le souffle se concentre
 - Quand il y a la chaleur, le souffle se disperse
 - Quand il y a effroi, le souffle est troublé (en désordre)
 - Quand il y a la fatigue, le souffle se consume
 - Quand il y a la pensée (souci), le souffle se noue

5

Mouvement et émotions

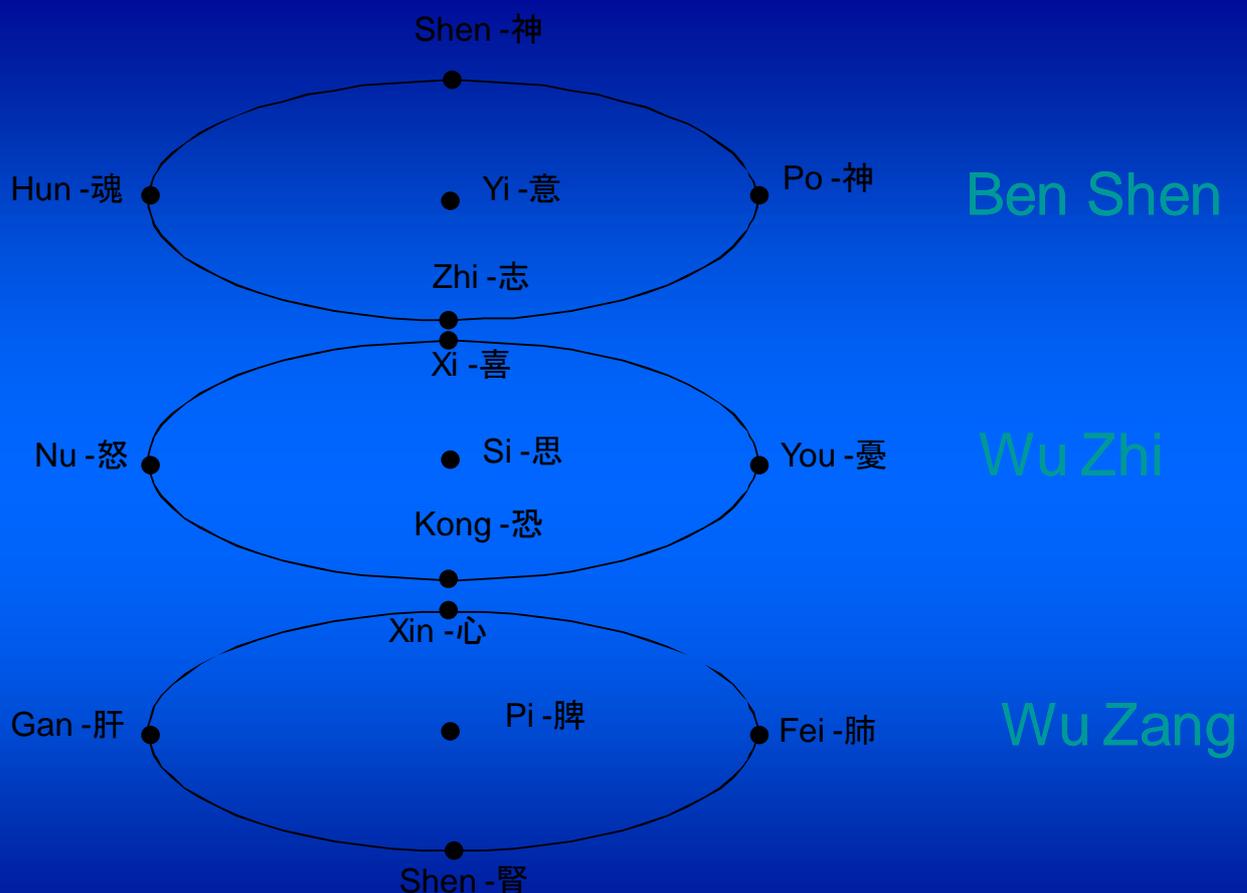
- SYNTHÈSE DES TEXTES
 - NU (colère) : montée du souffle et du sang
 - XI (joie) : harmonisation du souffle
 - SI (pensée) : nouure du souffle au centre
 - YOU (tristesse) : souffle bloqué dans le thorax
 - KONG (peur) : descente du souffle
 - BEI (chagrin) : consommation du souffle
 - JING (effroi) : dispersion du souffle

6

Mouvement et émotions

- Les émotions ne sont pas seulement les conséquences des perturbations du plan corporel « Wu Zang » et/ou du plan psychique « Ben Shen » mais sont surtout des possibilités rééquilibratrices et transformatrices de ces plans

7



8

Mouvement et émotions

• LES POINTS XI

- 36VB – WAI GU : colère intériorisée
- 6F – ZHONG DU : colère extériorisée

- 6IG – YANG LAO : joie intériorisée
- 6C – YIN XI : joie extériorisée

- 34E – LIANG QIU : souci intériorisé
- 8RT – DI JI : souci extériorisé

- 7GI – WEN LIU : tristesse intériorisée
- 6P - KONG ZUI : tristesse extériorisée

- 63V – JIN MEN : peur intériorisée
- 5RN – SHUI QUAN : peur extériorisée

9

Mouvement et émotions

- 4MC – XI MEN : obstruction du thorax
consumation du souffle
chagrin dans le sens d'amputation d'une partie de soi

10

Dr Christian Mouglalis
c.mouglalis@free.fr

*Président de la FAFORMEC
Chargé de cours à la faculté de Nantes*