



La lecture des vertèbres ou la colonne vertébrale, la reine de notre santé !

Notre corps est doté d'un réseau exceptionnel et cette expression souligne à quel point l'épine dorsale est en lien avec notre état de santé.

Notre organisme va traduire nos différents états émotionnels par un mal être physique. Notre ventre, p. exemple, est notre deuxième cerveau ; au travers de différents signaux, il nous fait savoir que nous devons prêter attention à notre alimentation, notre sommeil, notre état de stress... etc.. Nous avons des organes également très sensibles à toutes ces informations, comme par exemple, l'estomac, le foie et bien sur le coeur Il faut savoir que chaque organe est connecté à certaines vertèbres ; mettre en mouvement notre colonne vertébrale aide alors nos propres organes à mieux fonctionner.

De manière plus pragmatique, de notre colonne vertébrale partent soixante-deux nerfs (trente-et-un de chaque côté) ; par rétroactivité, une douleur dans telle ou telle vertèbre peut aider à localiser l'organe source de la douleur et le massage de la zone vertébrale précise peut aider à soulager les organes qu'elle innerve : elle est comme le centre de notre corps, il est donc nécessaire de la maintenir en de bonnes conditions, flexible et fluide.

Notre dos est un peu comme un piano, nous agissons sur les vertèbres et, à l'instar d'une touche de piano qui fait vibrer une corde, nous détendons nerfs et muscles en douceur afin que la vibration énergétique puisse circuler à nouveau. Si on soigne le métabolisme par un geste physique, nous allons également stimuler notre aura énergétique. En effet, tout mouvement induit une circulation dans la colonne, nourrit les articulations, renforce les muscles et stimule l'énergie (et libère des tensions) qui passe dans des chemins spécifiques appelés méridiens ; lorsque cette énergie est bloquée, qu'elle stagne, alors le corps expérimente la douleur.

Cette technique est exceptionnelle car si elle permet une action bénéfique au niveau du physique, elle permet également d'avoir une lecture de son environnement de vie et de ses conséquences sur notre métabolisme via notre ressenti et donc la manière dont nous le gérons.

*Cette méthode est entièrement intégrée dans les massages DORN & BREUSS (plus particulièrement DORN) ; si elle peut être pratiquée afin de tenter de résoudre les problèmes, elle peut être envisagée comme étant **une thérapie préventive**. Ainsi stimulée, la condition générale physique s'en trouvera améliorée, et notre psychique pourra trouver des réponses (à voir si un accompagnement de vie se révèle être judicieux).*

En travaillant uniquement sur la colonne, nous pouvons améliorer la santé et le fonctionnement des organes !