

Maîtriser le pouvoir des
huiles essentielles

Comprendre les doigts



Comprendre les doigts

Avant-propos

Bonjour à toutes et à tous et bienvenue dans cette session de questions-réponses que je vais consacrer à une question un peu particulière que je vais vous lire. Effectivement, quand on écoute cette question et qu'on ne connaît pas la signification de nos doigts, c'est un peu compliqué de savoir quoi faire pour remédier au problème. Il est donc primordial de savoir que **chaque doigt porte une énergie très spécifique en médecine traditionnelle chinoise, mais aussi dans la tradition ayurvédique et les autres techniques énergétiques orientales**. Il va donc être intéressant de voir ce qu'on pourra en faire, et toutes ces informations vont nous permettre de comprendre qui est la personne en face de nous et surtout comment l'aider avec les huiles essentielles à remédier à cette dynamique qui s'exprime douloureusement dans sa vie.

Je vais donc commencer par vous lire la question qui m'a été posée par une abonnée :

« Au niveau de la main gauche, j'ai l'articulation du pouce déformée avec une tendance à se refermer vers l'intérieur, comme pour faire une pince avec le petit doigt. C'est extrêmement douloureux. Au niveau de la main droite, le petit doigt a tendance à s'écarter des autres et la dernière phalange se replie. C'est extrêmement douloureux et tout rouge. Au niveau du pied gauche, j'ai le gros



orteil et les deux orteils suivants de la même longueur. Le troisième orteil est en marteau et très douloureux après quelques heures de marche. Le quatrième orteil voudrait passer sous le troisième. Il y a en plus des crampes fréquentes dans les pieds et les mollets ».

Notre abonnée nous précise également qu'elle a bientôt 80 ans et est toujours adepte de randonnées. Elle ressent donc une immense gratitude à l'idée de pouvoir se déplacer et souhaite continuer à profiter de sa liberté de mouvement. Je remercie notre abonnée de vous avoir posé cette question. C'est effectivement un problème complexe et on peut légitimement se demander comment faire pour y remédier.

Déjà, je vais commencer par vous expliquer ce qu'on peut comprendre de ces manifestations qui s'expriment, vu qu'on ne naît pas avec des doigts qui se déforment. Bien sûr, la taille des orteils ne changera pas et peut refléter une part de notre personnalité et ce avec quoi on va être en phase. Mais cela va aussi nous révéler des dimensions avec lesquelles on est moins à l'aise. **Une déformation peut s'exprimer au fur et à mesure de notre chemin de vie et, quand ces déformations deviennent douloureuses, le corps nous rappelle à l'ordre et nous demande de porter attention aux dimensions concernées dans nos vies.** C'est là où il peut être important de savoir décoder ces manifestations et appliquer les bonnes huiles essentielles pour améliorer la douleur. Mais quand on améliore la douleur en prenant conscience de ce qui est sous-jacent à ces déformations, c'est encore mieux parce que la résorption peut être plus efficace, plus rapide et surtout plus durable.



Les manifestations des mains

Analyse énergétique

Je vais faire une analyse étape par étape, à commencer par cette manifestation très particulière au niveau de la main gauche où il y a **une espèce de mudra en médecine ayurvédique** – les mudras étant des signes qu'on fait en reliant plusieurs doigts pour permettre une connexion entre les différentes énergies qui sont portées dans les doigts, afin de faciliter certaines expressions ou de relier des dynamiques différentes dans nos vies.

- En l'occurrence, on a deux doigts qui ont tendance à se relier du côté gauche qui est **en lien avec notre dynamique dans la société** ; c'est-à-dire notre façon de nous positionner dans le faire. **Ce mudra est spécifiquement en rapport avec l'expression** : il nous permet de mieux nous exprimer. En médecine ayurvédique, c'est en lien avec le cinquième chakra, le chakra de la gorge, qui touche à notre capacité à s'exprimer et à dire les choses. Comme une douleur se manifeste, il y a peut-être un engagement du corps à vous demander de vous exprimer plus librement et à dire les choses.
- Du côté droit, comme notre abonnée est une femme, il doit y avoir **un lien avec l'intimité**. Il faut savoir que le petit doigt porte **les points Ting de deux méridiens** :

1. L'intestin grêle du côté externe ;
2. Le cœur du côté interne.



Ces points correspondent à l'extrémité des deux méridiens et vous demandent de leur prêter attention, d'où les gonflements et les douleurs qui nécessitent qu'on y travaille. En effet, une congestion énergétique indique que l'énergie ne circule pas comme il convient. Il y a donc une difficulté manifeste à faire circuler l'énergie dans ces deux méridiens.

- Sur le méridien du cœur, il s'agit **du point de tonification du méridien, qui permet de relancer une nouvelle compréhension du sujet**.
- De l'autre côté du doigt, vous avez **le point de type métal du méridien de l'intestin grêle qui est en lien avec l'assimilation**.

C'est comme si, au travers de l'expression corporelle, votre subconscient vous demandait une nouvelle façon d'appréhender les événements de votre vie pour mieux faire la part des choses : **assimiler ce dont vous avez besoin de vous nourrir et rejeter ce dont vous n'avez pas besoin**. On est donc sur un besoin de dire stop, d'évacuer ce qui ne va plus et d'accepter pleinement le reste. Encore une fois, on est aussi en lien avec la capacité à pouvoir dire les choses ; à la fois « Non, je refuse » et « Oui, j'aime ce qui me nourrit ».

La prise en charge en aromathérapie

Pour toutes les problématiques des mains, que ce soit à droite ou à gauche, il peut être intéressant de masser les zones douloureuses avec l'huile essentielle de **poivre noir**. En effet, c'est une grande huile essentielle qui apporte de l'énergie du feu et qui, en même temps, apaise toutes les dimensions psychiques en lien avec une frustration ou une difficulté à s'affirmer clairement.



En dilution à 20%, cette huile essentielle peut aussi avoir **un effet local sur l'inflammation**. Quand les extrémités des doigts sont affectées, c'est vraiment de la congestion énergétique et le fait de masser les zones avec le **poivre noir** permettra justement une meilleure circulation en décongestionnant ces zones énergétiques très importantes.

Les manifestations des pieds

Analyse énergétique

Ensuite, on va voir qu'il y a une cohérence car c'est la même problématique qui est exprimée par les pieds. En effet, ces déformations des pieds manifestent **la même tendance à ne pas pouvoir s'exprimer librement**.

- Déjà, notre abonnée nous explique que le gros orteil et les deux orteils suivants ont la même longueur. C'est très intéressant parce que cela indique **une grande capacité à vous appuyer sur votre raison pour accomplir des choses**. En d'autres termes, il y a un équilibre entre votre capacité à réfléchir, à être raisonnable, à passer à l'action et à accomplir des choses et l'estime que vous avez de vous-même. Pour être fière, vous avez besoin d'agir et de réaliser concrètement vos pensées par vos actions. Ainsi, vous êtes une personne dotée d'une grande vitalité qui a besoin de passer à l'action au lieu d'entretenir des réflexions abstraites. C'est n'est pas cela qui vous intéresse : **vous êtes une femme de terrain et d'action**. C'est là votre potentiel de vie et vous êtes née comme ça.
- Toutefois, vous précisez que c'est le troisième orteil qui est en marteau et très douloureux après quelques heures de marche. Cela signifie qu'il y a



quelque chose qui commence à vous rappeler à l'ordre. En plus, le quatrième orteil veut passer sous le troisième. Or le troisième orteil, qui se situe au milieu du pied, est celui de l'accomplissement de la vie d'une personne par l'action au sens large du terme – c'est-à-dire dans l'épanouissement. Mais quand cette action se fait aux dépens de l'expression de soi et de sa créativité, le quatrième orteil va se cacher en-dessous. En d'autres termes, il est question de votre façon d'avancer dans la vie, qui ne doit pas se faire aux dépens des moments de repli et de recueillement où vous êtes tranquille, où vous faites la part des choses en vous et où vous n'étouffez pas toutes les injustices que vous avez vécues. Si vous menez votre vie de cette manière, il n'y aura pas d'expressions de douleur. Par contre, le fait de marcher écrase le quatrième orteil qui devient douloureux. Cela indique un petit rappel à l'ordre qui vous invite à vous poser et à dire les choses – à régler les petites frustrations qui persistent, voire à accéder à ce que vous pensez au fond et à l'exprimer.

Cela peut être fait de plusieurs manières, mais les crampes aux mollets nous orientent souvent vers **une petite tension de l'équilibre de la thyroïde.** Pour rappel, la thyroïde incarne le cinquième chakra. On retrouve donc notre idée première avec les doigts. Il peut s'agir d'une hyperactivité comme d'une hypoactivité, mais vu votre tendance à être très active, il s'agit plutôt d'une hyperactivité thyroïdienne. Autrement dit, quelque chose vous incite à réaliser votre vie mais, en même temps, comme cela se fait un peu douloureusement, il est important de vous poser et de faire un peu d'introspection pour pouvoir extérioriser ce que vous gardez dans la zone de la gorge.



Une prise en charge multiple

- Ce travail peut tout simplement être fait par des actes symboliques que j'ai déjà conseillés, avec **l'écriture d'une lettre dans laquelle vous dites ce que vous avez à dire avant de la brûler**, car il n'y a aucun intérêt à l'envoyer à la personne à l'origine de ce vécu d'injustice.
- Par ailleurs, **les crampes fréquentes dans les pieds et les mollets peuvent bien sûr être en lien avec une carence en magnésium**. Dans ce cas, le sel de Schüssler Magnesium phosphoricum peut être un soutien intéressant à prendre en petites gorgées le soir au coucher dans de l'eau chaude.
- Néanmoins, **les crampes fréquentes sont souvent en lien avec les énergies du foie et de la vésicule biliaire**. Or ce quatrième orteil, qui se cache sous le troisième, est justement en lien avec le méridien de la vésicule biliaire. Il y a donc quelque chose de fort qui s'exprime au niveau du vécu d'injustice et de votre capacité à oser dire les choses et exprimer votre créativité. C'est le pan de votre vie qui a été certainement un peu négligé. Pour permettre cet accomplissement de vie, il faut donc se pencher sur cet aspect. Cela peut se faire par **des chants ou par des activités de peinture ou d'écriture** : quelque chose qui vous pose, qui vous permet d'extérioriser votre créativité innée et de ne pas l'étouffer ou la mettre de côté.

Pour faire ce beau travail, vous pouvez tout à fait utiliser une dilution à 10% pour vous faire un massage le soir de la zone du foie. Il peut être très intéressant de travailler en vis-à-vis du foie, mais aussi sur **le point 41 de la vésicule biliaire** qui se trouve



Point 41 VB



sur le pied, entre le quatrième et le cinquième métatarse, avec l'huile essentielle de **mélisse**. En effet, la **mélisse** est superbe pour faire ce travail d'expression de soi. Vous pouvez également vous masser tout le trajet du méridien de la vésicule biliaire jusqu'au quatrième doigt avec cette même synergie à 10%.

Conclusion

En somme, il y a un travail spécifique à faire avec le **poivre noir** au niveau des mains et avec la **mélisse** sur les pieds ou la zone du foie en massage le soir au coucher. Cela peut vraiment être salubre et vous permettre d'entendre ce que votre corps vous dit.

Merci beaucoup pour cette question et pour votre écoute. À très vite !

