

## *La connexion corps/esprit – 9<sup>e</sup> partie*

Il y a tellement d'études faites au cours des vingt dernières années qui démontrent que les ajustements chiropratiques normalisent non seulement le seuil de la douleur, mais aussi le système nerveux et que de s'occuper de la santé physique, émotionnelle et mentale des gens sans s'occuper de leur colonne vertébrale est une aberration.

Une étude effectuée en Australie démontre que les ajustements chiropratiques diminuent le taux de cortisol (l'élévation du taux de cortisol est associée à plusieurs maladies chroniques comme les maladies cardiovasculaires, le cancer et plusieurs conditions immunitaires), ils diminuent aussi l'anxiété, la dépression et augmentent la capacité de défense du système immunitaire.

Dans un article paru en 2001 dans « Journal of Stress and disease » intitulé : « Qui devient malade et qui demeure en santé », on démontre clairement les rôles importants de certains centres du cerveau dans le développement de plusieurs maladies. Les noyaux du système nerveux dont l'auteur faisait référence sont les amygdales (du cerveau, pas ceux de la gorge), l'hypothalamus, les glandes adrénales et le système nerveux sympathique.

D'autres études démontrent clairement que le cervelet est impliqué de façon importante dans la réduction du stress et la stimulation qui mène au plaisir. Les ajustements chiropratiques stimulent le centre du cervelet (vermis) ce qui serait l'explication neurologique de l'efficacité des ajustements à diminuer le stress, l'anxiété, augmenter la relaxation et stimuler les centres du plaisir ce qui conduit à une meilleure santé et diminue les risques de maladies.

Pierre vient nous voir pour une douleur au dos. Cette douleur est présente depuis plusieurs années. Cette douleur ne l'empêche pas de faire ce qu'il veut, seulement elle est toujours présente et dérangeante. Sa vie serait plus agréable s'il n'avait pas ça. Il a vu plusieurs médecins et différents thérapeutes et même quelques chiropraticiens. Tout ça lui a fait du bien.

À l'examen, je lui demande pourquoi son corps ne réussit pas à se guérir lui-même après tout ce qu'il a fait. Il me répond que s'il le savait, il ne serait pas ici. J'ai appris par expérience que non loin derrière ce genre de réponse évasive se trouve la solution. J'insiste. Il me dit qu'il ne se sent plus coordonné. Il a l'impression que son cerveau et son corps communiquent plus à la même vitesse. « C'est un peu comme s'il y avait un retard entre ce que mon cerveau veut faire et ce que mon corps fait ». Lorsqu'il me dit ces choses, il y a un changement important dans sa physionomie. Il relaxe, sourit, sa posture change instantanément et ses joues deviennent un peu rosées. Tous ces changements sont le résultat d'une modification du système nerveux.

Je lui mentionne ces changements et il continue : « Depuis quelques années j'ai moins d'énergie, moins d'entrain et je suis beaucoup plus irritable et impatient. Je manque aussi de concentration et j'oublie plusieurs choses ». Je lui mentionne que probablement tous ces aspects sont associés à sa douleur et ont pour origine la même cause.

À l'examen, il y a beaucoup de restriction de mouvements dans son bassin, bas du dos et dans la partie supérieure de son cou. Il ne se souvient pas de traumatisme physique précis. La possibilité de traumatismes émotionnels ou mentaux n'attire pas son attention à ce point-ci. Il a également des signes de désorganisation neurologique importants. Ce sont les mêmes signes que nous retrouvons avec les enfants qui ont des problèmes d'attention et de dyslexie variée.

Après environ 1 mois de soins et quelques exercices spécifiques il me dit : « Je suis en train de redevenir qui j'étais. Je me retrouve, au plus grand plaisir de mes enfants et de mon épouse. Je retrouve ma coordination et surtout ma concentration, mon énergie et une joie de vivre. Je ne comprends pas ce que vous faites, mais pour moi ça marche. »

Pour Pierre la stimulation de certaines régions spécifiques de sa colonne vertébrale par des entraînements Network combinée avec des exercices d'I.S.R. et de coordination, ont été suffisants pour remettre plusieurs parties de son cerveau en action pour un meilleur fonctionnement général tant au niveau physique, émotionnel, que mental.

Nous approchons de la fin de cette série d'articles. Si vous avez des suggestions, écrivez-les sur un bout de papier et remettez-les-moi.

Un atelier sur le déficit d'attention « THADA » sera offert le mardi 2 octobre 2012 à 19 h 15. C'est un atelier pour vous si vous vous posez ces questions :

Est-ce vraiment mon enfant? Est-ce vraiment ma vie? Le déficit d'attention avec ou sans hyperactivité a-t-il transformé vos rêves en cauchemars? Ce déficit n'est pas seulement de l'inattention ou de l'hyperactivité, il affecte tous les membres de la famille et toutes les dimensions de la vie de l'enfant ou de l'adulte. Si vous êtes comme des millions d'autres familles dans le monde, le futur est sombre. Jusqu'à maintenant, vous voyiez la situation se détériorer sans cesse où vous étiez contraints de faire prendre de puissants médicaments à votre enfant. Il y a de l'espoir !

Rejoignez les Docteurs Andrée-Anne et Pierre Bernier pour un atelier étonnant où ils vous présenteront une approche naturelle et efficace qui permet d'aborder les vraies causes des problèmes de votre enfant, et ainsi surmonter le déficit. Cette méthode est utilisée par des centaines de spécialistes dans le monde pour traiter, avec succès, des milliers d'enfants.

Vous êtes tous invités à venir fêter avec nous les 30 ans de votre Clinique chiropratique St-Joseph le **vendredi 28 septembre** à partir de 16 h 30. Un léger goûter et un cocktail seront servis. Appelez-nous pour réserver, on a hâte de vous voir.

Nos prochains ateliers de niveau 1 : Introduction au processus d'autoguérison auront lieu les mardis 25 septembre et 30 octobre à 19 h, nous aurons aussi un atelier sur Les Saisons le mercredi 26 septembre, un atelier sur le THADA le mardi 2 octobre, un atelier sur L'Alimentation et intolérances le mercredi 3 octobre, un atelier sur Les maisons énergétiques le mercredi 24 octobre, sur l'intégration Somato Respiratoire en transformation (stages 4-5) le mercredi 21 novembre et sur le Niveau 3 d'entraînement le mercredi 5 décembre toujours à 19 h 15.

**Dr Pierre Bernier, D.C. 24.09.2012**

Droits d'auteur Pierre Bernier, D.C.

Ne peut être reproduit que dans son intégralité.

Visitez notre site : [www.chironetwork.com](http://www.chironetwork.com)

Pour recevoir l'article de la semaine gratuitement, par courriel,  
remplissez le formulaire au <http://eepurl.com/GeAJ>.