

## *La psychologie et les douleurs, 13<sup>e</sup> partie.*

Une fois de plus, j'aimerais vous rappeler qu'il y a une foule de conditions et de maladies qui sont associées avec la physiologie de défense. En voici quelques-unes : le reflux gastrique, les ulcères d'estomac, l'hernie hiatal, le colon spastique ou irritable, l'asthme, la prostatite, les migraines de tension, l'eczéma, le psoriasis, les étourdissements, l'acouphène (cillements aux oreilles), urination fréquente et bien entendu, les douleurs physiques au dos, au cou, aux hanches, aux épaules, etc.

Toutes ces conditions devraient être traitées d'une même façon et à la même place. Bien entendu, il doit y avoir des démarches diagnostiques solides faites par un professionnel de la santé reconnu, afin de déterminer les causes possibles et éliminer les dangers potentiels.

Toutes ces conditions servent de soupapes de sécurité pour votre corps. Elles servent de moyen de répression. C'est beaucoup plus facile de ressentir des choses physiques que des émotions qui ne sont pas « acceptables ». Pourquoi le corps s'y prend-il de cette façon pour gérer des émotions ou des aspects psychologiques? La réponse est tout simplement parce que ça fonctionne. Tant et aussi longtemps que le mal de dos ou que l'ulcère remplira son rôle de répression de façon efficace, la situation va continuer.

Nous devons faire face aujourd'hui à une problématique supplémentaire. Certains traitements contre les conditions reliées à la physiologie de défense sont de plus en plus efficaces. Le résultat étant que le corps va simplement changer de symptômes ou de maladies, donc transférer les douleurs ou maladies. Il existe donc deux formes connues de transferts.

Jacques vient nous voir pour une douleur au dos présente depuis six mois qui est arrivée pendant une journée de travail physique inhabituel. Il avait consulté plusieurs spécialistes, reçu plusieurs formes de traitements physiques et des médicaments. Tout l'aidait un peu, mais pas beaucoup et pas très longtemps. Pendant la révision de son bilan de santé, il avait inscrit qu'il avait souffert toute sa vie d'ulcères à l'estomac. Ces ulcères avaient été complètement guéris avec un antibiotique qui agit contre la fameuse bactérie apparemment responsable des ulcères (H pilorie). Depuis presque un an, tout allait bien de ce côté. Il me demande pourquoi je lui pose tant de questions concernant un problème qui avait été guéri.

Je lui réponds que c'est très commun pour certaines personnes que lorsqu'une maladie disparaît, qu'une autre apparaisse et que souvent il peut y avoir une cause commune. Il me regarde avec un petit sourire en coin qui voulait dire « n'importe quoi Doc ».

On débute les entraînements. Il répond très bien et apprend rapidement les différentes stratégies nécessaires au changement profond qui mène à la guérison.

Au cours des mois qui ont suivi, Jacques a réalisé, surtout avec les entraînements de niveaux 2 B, que son ancien problème d'ulcères venait de la même cause que son mal de dos, c'est-à-dire une attitude qui tend vers le perfectionnisme en relation avec son travail et sa vie familiale. Une fois qu'il a fait ce lien et qu'il a réalisé que ces douleurs passées, présentes et mêmes futures étaient une façon facile pour son corps de ne pas gérer différentes situations courantes, sa vie n'a plus jamais été la même.

Il existe également une autre forme de transfert qui est très commun où, par exemple, une douleur au bas du dos est causée par un problème au cou. Édith vient nous voir pour une douleur lombaire présente depuis quelques années. Elle voit un physiothérapeute qui l'aide beaucoup. Tout semble plafonner et c'est pour cette raison qu'elle nous consulte.

Lors de l'examen, je lui demande si elle a eu un accident quelconque qui remonte à environ 4 ans. Elle me répond que oui, mais que c'était un tout petit accident et que ce n'était rien du tout. Ce genre de réponse est presque toujours ce que les gens qui sont en répression émotionnelle ou psychologique nous donnent.

On débute les entraînements de l'A.V.N. (Analyse Vertébrale Network) et les exercices d'I.S.R. (intégration somato-respiratoire). Après quelques semaines, son mal de dos disparaît et un mal de cou apparaît. Elle me dit pendant un réexamen qu'elle rêve souvent à son accident. Je lui demande de me raconter ce qui c'était produit. Elle était venue bien près, dans un moment de distraction, de frapper un enfant qui traversait la rue. Afin de l'éviter, elle avait frappé le trottoir sans trop de dommage physique. Cependant, il y avait quand même eu un impact psychologique et émotif important qu'elle manifeste physiquement dans son cou. Par protection, son corps avait déplacé avec le temps la douleur au bas de son dos parce que c'était plus facile et acceptable d'avoir mal au dos sans raison que d'avoir mal au cou à cause d'un moment d'inattention (sentiment de culpabilité) qui aurait pu avoir de graves conséquences.

C'est la dernière semaine pour nos certificats cadeaux de Noël, faites en profiter un parent ou un ami. Profitez-en.

Nos prochains ateliers de niveau 1 : Introduction au processus d'autogénération auront lieu le mardi 24 janvier à 19 h et le mardi 7 février à 19 h. Nous aurons aussi un atelier sur le ADHD le 1<sup>er</sup> février à 19 h 15 et un atelier sur l'intégration somato-respiratoire le 15 février toujours à 19 h 15.

**Dr Pierre Bernier, D.C. 23.01.2012**

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>.