

La psychologie et les douleurs, 2^e partie.

Lorsque les gens débutent leurs soins à la clinique, nous leur expliquons que la posture de défense est le résultat d'événements de leur vie où leur corps n'a pas su s'adapter à un stresseur ou une situation donnée. Le cerveau primitif et émotif ne sachant pas ou n'ayant pas les ressources nécessaires pour gérer la situation ira en défense pour nous permettre de survivre. Lorsque le stresseur disparaît, le corps pourra alors récupérer de sa physiologie de défense et guérir. Si le corps ne peut pas récupérer ou si le stresseur est constamment présent, la seule façon que le corps peut alors récupérer c'est de déclencher une douleur ou une maladie qui obligera les différentes parties du cerveau à se réorganiser et ainsi guérir. Ces physiologies de défense proviennent d'une incapacité du corps à s'adapter à une situation. Les douleurs et maladies sont nécessaires à la guérison.

La solution n'est pas de nous débarrasser des douleurs ou maladies, mais bien d'augmenter notre capacité à nous adapter et à mieux réagir à notre environnement interne et externe.

Il y a plusieurs formes de stress et d'émotions qui contribuent à la physiologie de défense. Regardons les stress et émotions que nous connaissons déjà. Nous sommes au travail et nous avons de la pression tant qu'à la quantité de travail. Nos épaules remontent. La tension augmente dans la colonne cervicale. Nous développons une tension derrière la tête et c'est la migraine; facile à comprendre et à analyser. Un de nos parents est malade et nous sommes inquiets. Nous nous réveillons au beau milieu de la nuit avec des palpitations et des préoccupations bien justifiées. Nous sommes bien en mesure de faire les liens entre les événements stressants et nos émotions qui activent notre corps et le force à réagir comme si notre vie était en danger. Le cerveau ne fait pas la différence entre le lion qui s'en vient vers nous et notre patron qui nous met de la pression ou le stress d'un parent malade. La réaction physiologique du corps sera très similaire dans les trois scénarios.

L'autre situation qui entraîne une physiologie de défense est une réaction émotionnelle à laquelle nous sommes inconscients. Cette dernière est pernicieuse puisqu'elle nous est inconnue. Elle existe en dehors de notre réalité. Laissez-moi vous expliquer avec une analogie un peu grossière mais qui saura bien illustrer ce que je veux dire. Imaginez que vous avez perdu le sens de l'odorat et que vous ne le savez pas. Parce que vous vivez seul, comment auriez-vous pu le savoir?

Un jour, lorsque vous revenez du travail, vous notez la présence de mouches et de différents moustiques en quantité très inhabituelle. Vous pensez que vous avez laissé une fenêtre ouverte. Vous faites le tour de la maison, mais vous ne trouvez rien de très concluant. Vous abandonnez donc votre recherche et vous vous dites que tout rentrera dans l'ordre le lendemain. Vous sortez donc la *tapette à mouches* et vous y allez de bon cœur.

Le lendemain, lorsque vous revenez du travail, c'est encore pire. Vous refaites le tour de la maison, rien de concluant. Vous sortez la tapette et vous vous défoulez. Une semaine s'écoule et c'est le même scénario soir après soir. Vous ne comprenez pas. Vous achetez des produits pour détruire ces bestioles. Ça semble fonctionner pendant un bout de temps, mais il y a toujours des mouches et des moustiques en quantité industrielle. Vous savez intuitivement qu'il y a quelque chose qui ne fonctionne pas. Mais quoi?

Un jour, un de vos amis se présente chez vous pour vous rendre visite et s'aperçoit dès qu'il entre dans votre maison d'une odeur nauséabonde présente. Il cherche l'odeur et la localise dans un des recoins de la maison. Il y avait un tout petit animal mort. Cet animal était la source de vos mouches. Étant privé de votre sens de l'odorat et ne le sachant pas, vous n'avez pu réagir correctement.

Comme dans l'exemple ci-dessus, c'est ce que nous ne ressentons pas qui est souvent plus dangereux ou qui a le plus d'influence sur notre corps. Notre esprit logique ne peut pas les ressentir ou même les interpréter. Nous devons les ressentir dans notre système émotif. Notre système émotif nous protège pour nous aider à survivre. Et nous voilà coincé ou pris dans un dilemme. Le système qui devrait me faire ressentir m'en empêche pour m'aider à survivre. Puisque je ne peux pas ressentir, je ne peux pas guérir.

Un des objectifs de base des soins Network et des exercices d'I.S.R., en relâchant les tensions accumulées et libérant les physiologies de défense, c'est d'aider votre cerveau supérieur à devenir conscient de ce que cache votre cerveau émotif.

La semaine prochaine nous verrons quels sont les émotions et traits de caractère qui sont les plus propices à causer cet imbroglio.

Il ne nous reste que quelques places pour le « Clear Day ». Si vous voulez progresser rapidement dans vos niveaux de soins ou vous voulez donner un « boost » à votre processus de guérison, parlez-nous-en.

Nos prochains ateliers de Niveau 1 : Introduction au processus d'autoguérison seront les mardi 18 octobre et 8 novembre à 19 h. Nous aurons aussi un atelier sur l'Intégration somato respiratoire en transformation le 26 octobre à 19 h 15, un autre atelier sur l'Intégration somato respiratoire en Éveil le 16 novembre, un atelier sur le Niveau 2 d'entraînement le 9 novembre en anglais, un autre sur le Niveau 3 d'entraînement le 2 novembre en français, le 30 novembre en anglais et un atelier sur les Saisons le 19 octobre. Nous aurons aussi un atelier sur les 5 cadeaux de la colonne vertébrale le 23 novembre toujours à 19 h 15.

Dr Pierre Bernier, D.C. 17.10.11

Droits d'auteur Pierre Bernier, D.C.

Ne peut être reproduit que dans son intégralité.

Visitez notre site : www.chironetwork.com

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