

La psychologie et les douleurs, 8^e partie.

Il existe également un autre patron (pattern) très intéressant que nous voyons souvent à la clinique et qui démontre bien la relation possible entre les douleurs, les maladies et les émotions. Les gens vivent une période de stress assez intense qui peut durer des mois. Ces stress peuvent être la maladie dans la famille, une période de stress avec un ado, une situation financière ou une période plus intense au travail comme la période de l'impôt pour les comptables. Tout va bien pendant la période de stress et ce n'est qu'une ou deux semaines après la période de stress terminée qu'ils se retrouvent avec une crise de santé. Cette crise de santé peut débuter tout d'un coup ou progressivement. Il semblerait qu'ils sont capables de bien supporter et endurer le stress et élever leur jeu d'un cran pendant la demande et ce n'est qu'une fois celle-ci passée que l'anxiété accumulée peut enfin se manifester librement et physiquement.

Une autre façon de regarder la situation c'est de dire que lorsque nous sommes très occupés ou en période de crise, nous n'avons pas le temps d'être malade. Toute cette énergie émotionnelle est dirigée à la gestion du stress ou de la crise.

Il existe un troisième scénario possible où la période de stress ou la crise est suffisante pour nous distraire de nos douleurs physiques ou émotionnelles. La période de stress semble amener notre attention loin de nos émotions non ressenties comme la peur, la colère ou l'anxiété. Peu après s'ensuit la crise physique.

Finalement, il y a le syndrome des vacances. Enfin les vacances arrivent et ils vont être capables enfin de relaxer et de profiter du beau temps. Et bang, ils se retrouvent au lit pendant deux semaines, grippés ou le dos barré. Ils sont anxieux au travail ou dans leur vie et lorsqu'ils s'en éloignent, le corps n'a plus la capacité de dépenser ou de brûler leur anxiété. Celle-ci se manifeste alors physiquement sous forme de douleur ou de maladie.

Fernande est postée à l'étranger depuis quatre ans. Elle revient au pays pour sa retraite bien méritée. Elle occupait un poste stressant et demandant. Elle pouvait également faire toutes les heures supplémentaires qu'elle désirait, ce qui la rapprochait de sa retraite. Ce qu'elle fit. Donc, pendant les quatre dernières années, elle a travaillé l'équivalent de cinq ans et demi. Elle revient au pays et quelques mois plus tard, alors qu'elle commence à s'installer confortablement, c'est le mal de dos intense qui la garde clouée au lit pendant près de 2 mois. Elle subit bien entendu toutes sortes d'exams, reçoit toutes sortes de diagnostics et toutes sortes de traitements avec des résultats plus que mitigés. Ce n'est que lorsque l'on parle de l'opérer qu'elle décide de venir nous voir.

Fernande est alerte et intelligente et surtout dépassée. Elle me dit que c'est la première fois de sa vie qu'elle a mal au dos, ce qui est inhabituel. La plupart du temps les gens qui ont des problèmes de dos de types mécaniques font la rencontre avec ces douleurs plus tôt dans leur vie. Elle me raconte son histoire rapidement et bien entendu escamote la partie la plus importante c'est-à-dire la partie du surplus de travail pendant si longtemps suivie de la retraite. Elle veut me parler des nombreux examens qu'elle a subis ainsi que des fameux docteurs qu'elle a consultés. Intuitivement, je l'interromps et je retourne à ce qui s'est passé avant. Du revers de la main, elle rejette ma demande. Je sais maintenant que son inconscient ou que la partie de son cerveau qui la garde en position de défense pour la protéger et l'aider à survivre est en train de la détruire. Elle n'a plus besoin de cette posture de stress puisqu'elle n'a plus de stress (du moins pas celui du travail). Son corps, ayant été pendant des années conditionné à répondre à une demande intense, ne peut plus retourner au neutre. C'est un peu comme si la pédale de l'accélérateur était restée coincée. Lorsque ça

se produit et que le pilote est sous le coup de l'adrénaline, il peut réussir à garder le contrôle de son bolide. Cependant, le pilote fatigue et une fois la course terminée le bolide devrait s'arrêter. Dans le cas de Fernande, le bolide ne s'arrête pas et la course est terminée. J'hésite à lui faire part de mes impressions.

Nous commençons les entraînements. Elle répond bien. Après une douzaine de visites elle se sent beaucoup mieux physiquement. Cependant, je sais que ce sera de courte durée puisque sa musculature vertébrale est de plus en plus tendue. Cette montée de tension musculaire est souvent reliée au système émotif. Je lui en fais part. Encore une fois, elle n'accepte pas mes impressions. Je lui dis : « Vous savez Fernande que souvent les gens aiment mieux ressentir physiquement des problèmes émotifs que de les ressentir émotionnellement et je crois que c'est ce que vous faites. Si c'est le cas, vos douleurs physiques reviendront et vous devrez alors guérir émotionnellement. » Heureusement, nous avons un atelier de niveau 2 dans la même semaine et je lui demande fermement d'y assister. Ce qu'elle fit.

Lors de l'atelier, au moyen des démonstrations, elle prend conscience du lien entre ses douleurs et sa situation à l'étranger, le surplus de travail et la retraite. La visite suivante, elle me dit qu'une partie de ses douleurs au dos sont revenues. Elle me dit que pendant l'entraînement qui avait précédé l'atelier, elle avait ressenti une grande tristesse qui ne venait de nulle part. Elle avait même hésité à rester pour l'atelier car elle ne voulait pas pleurer devant tout le monde. Elle m'assure que pour la première fois, elle commence à comprendre que son problème de dos est beaucoup plus qu'un problème mécanique. Elle voit la relation entre le corps et l'esprit et le déroulement de la vie. Elle me dit que si elle n'avait pas assisté à l'atelier, elle ne serait jamais revenue parce qu'elle n'avait vraiment pas aimé se sentir vulnérable émotionnellement suite à l'entraînement précédent.

À ce point, Fernande était sur le chemin d'une guérison plus complète qui allait au-delà de la disparition des douleurs physiques : c'est-à-dire une guérison émotive. L'étape qui suivra est la guérison psychologique ou rationnelle.

Depuis plus de 20 ans maintenant, nous avons fait le choix de pratiquer le système de l'Analyse Vertébrale Network et d'y ajouter les exercices d'intégration somato respiratoire. La guérison qui se produit est plus globale et agit sur les trois parties du cerveau, y compris la partie la plus évoluée soit les lobes préfrontaux et frontaux.

Nous commençons notre promotion unique de Noël. C'est le temps de l'année idéal pour référer vos parents, amis, employés, patrons à notre clinique. C'est une promotion très avantageuse. Parlez-nous-en.

Nos prochains ateliers de Niveau 1 : Introduction au processus d'auto guérison seront le mardi 29 novembre et le mercredi 14 décembre à 19 h. Nous aurons aussi un atelier sur le Niveau 3 d'entraînement le 30 novembre en anglais à 19 h 15 ainsi qu'un atelier sur le niveau 2 d'entraînement en français le 18 janvier toujours à 19 h 15.

Dr Pierre Bernier, D.C. 28.11.11

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>.