

## Étape 5

L'étape 5 représente l'endroit ou le temps où nous nous fusionnons avec notre côté obscur ou notre côté lumière. Nous devons cependant être assez guéri (avoir repris notre pouvoir) avant d'accéder à cette étape.

Tout au long de notre vie nous visitons nos deux côtés, c'est-à-dire notre lumière et parfois notre côté plus sombre. C'est un peu comme si nous avions deux identités à la fois. Certains d'entre nous passons plus de temps dans notre côté lumière alors que d'autres passent plus de temps dans leur côté ombre. Après avoir traversé assez souvent l'étape 5 il devient commun de pouvoir fusionner les deux. Nous n'avons plus à vivre cette vie divisée où il y a deux « nous ». Pour arriver à cette réalisation, nous devons être assez sains pour abandonner notre sens de soi. Lorsque nous tenons à l'illusion de qui nous sommes nous ne pouvons avoir accès à d'autres parties de nous.

Au début de l'étape 5, nous revisitons le lieu où notre souffrance a commencé. Nous ne voulons pas comprendre ce qui s'est passé, ni le pourquoi, ni les circonstances qui ont mené à cette souffrance. Nous voulons la ressentir (étape 1) et enfin fusionner avec elle sans la prendre personnelle. Dans le domaine thérapeutique pratiqué en occident, le thérapeute tente de nous faire échapper au chaos causé par la non expérience de la souffrance en redonnant un peu plus d'ordre et de contexte à certains événements avec toutes sortes de moyens comme la médication, la psychanalyse ou les changements de comportements.

Pour pouvoir guérir vraiment, nous voulons connaître ce qui se cache derrière le chaos et la souffrance. Nous voulons fusionner avec ces éléments et être prêt à découvrir ce qu'elle a à nous enseigner.

Voici une histoire personnelle qui m'est arrivé lorsque j'avais 17, 18 ans. Je faisais souvent un rêve dans lequel j'étais poursuivi par une entité quelconque. Je n'arrivais pas à m'enfuir. Mes pieds refusaient tout simplement d'avancer. Peu importe l'effort que j'y mettais ou l'intensité que je déployais, le résultat était toujours le même. Cette chose me rattrapait. Et je me réveillais en sursaut, incapable de dormir pour le restant de la nuit.

Après 5 ou 6 mois de ce scénario, j'étais rendu à un point tel que je redoutais d'aller au lit. La seule pensée de me retrouver dans ce rêve et dans l'incapacité de m'enfuir me hantait. J'avais consulté et on m'avait donné des Valiums. Avec le temps et l'expérience, j'avais découvert que 2 ou 3 bières et une couple de Valiums me permettaient de tomber endormi et de retarder ce rêve jusqu'aux petites heures du matin. Parfois même je me réveillais avant de faire ce rêve. Vous pouvez imaginer dans quel état je me retrouvais le lendemain matin pour aller à l'école (C.E.G.E.P.).

Toute ma vie tournait autour de ce rêve. Le réveil était un soulagement et dès que la noirceur commençait, je débutais le processus de planification pour aller dormir, 7 jours par semaine.

Pendant un cours de philosophie, le professeur avait discuté de la signification des rêves et du symbolisme. Après le cours, je demande à lui parler. Il avait bien vu et ressenti à la fois mon désespoir et mon espoir. Je lui raconte ma petite histoire. Il me questionne à savoir à quel moment tout ça avait débuté. Le début de ces rêves coïncidait à peu près avec le décès subit de mon père.

Le professeur me demanda: Qu'est-ce qui court après vous? De quoi vous sauvez-vous? Je lui réponds que je n'en avais pas la moindre idée et je me dis dans ma tête que je ne voulais pas le savoir non plus. J'espérais toujours un miracle c'est-à-dire qu'il me fasse quelque chose ou me dise quelque chose qui arrangerait mon problème pour toujours. Hélas, ce n'est pas ce qu'il me conseilla. Il me dit pendant votre rêve, tournez-vous et regardez de quoi vous vous sauvez. Horreur. Il est malade. J'étais terrorisé par ce rêve, imaginez ce que je ressentais à l'idée de faire face à mon poursuivant. Peu à peu, l'idée a germé dans mon cerveau et je me suis dit que je n'avais rien à perdre et que le pire qu'il pouvait m'arriver c'était que j'allais me réveiller ou que j'allais périr.

Après plusieurs tentatives, une nuit je réussis à me retourner et faire face à ce qui me poursuivait. Il n'y avait rien ni personne. À cet instant, j'ai réalisé que je me sauvais de moi-même. J'avais peur de qui j'étais et de qui je pensais être. Ces deux parties se sont alors fusionnées. Celui que j'étais et celui que je croyais être (persona) sont devenus la même personne. Ce fût la fin d'une partie tragique de ma vie et le début d'une autre partie de découverte où les forces mystérieuses et puissantes de l'univers sont à l'avant-scène de ma vie.

Lorsque j'avais entendu Dr Epstein parler du processus de guérison où les gens voulaient éviter la souffrance et c'est ce qui empêchait justement de guérir, je me suis vu et reconnu rapidement. Lorsqu'il commença à discuter de la fusion, il décrivait en mots l'expérience de mes rêves.

La semaine prochaine nous verrons d'autres aspects importants de l'étape 5. C'est la dernière semaine pour les certificats cadeaux de notre promotion du temps des Fêtes. C'est une belle opportunité pour faire connaître l'Analyse Vertébrale Network à vos parents et amis. Vous nous donnez leur nom, leur adresse postale et nous leur enverrons une carte de Noël en votre nom avec une lettre explicative et un certificat-cadeau pour un examen sans frais incluant les radiographies (si nécessaires). Ils n'auront qu'à téléphoner pour prendre rendez-vous. Tout ceci est offert par la clinique, sans frais pour vous.

Nos prochains ateliers réguliers seront les mardi 25 janvier et 15 février à 19 h. Nous aurons également un atelier sur le ISR en français le 23 février et en anglais le 16 février, un autre sur les Saisons en français le 9 février et pour la première fois un atelier sur le ADHD en français le 26 janvier à 19 h 15. Pour le mois de mars, nous aurons 2 ateliers de ISR transformation en français le 22 et en anglais le 23 à 19 h 15.

**Dr Pierre Bernier, D.C. 24.01.11**

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, écrivez-nous [chirostjoseph@hotmail.com](mailto:chirostjoseph@hotmail.com) avec la mention « inscrire ».