

## Étape 6

L'étape 6 est l'étape d'action et de transition. Nous devons développer la souplesse nécessaire pour libérer et résoudre les mémoires et les schémas (patterns) emprisonnés dans nos tissus. Ces aspects de notre vie ne nous conviennent plus. Ils doivent faire place à des nouveaux aspects. Ces aspects sont très souvent reliés avec notre sens de Soi. Ce sens de Soi est devenu plus fort en traversant les étapes de 1 à 5. Parce que notre sens de Soi est devenu plus fort, nous pouvons donc avoir accès à de nouvelles connaissances qui sont imprégnées d'une sagesse qui va plus loin que celles de l'intellect. Dans le stage 6, le *timing* est essentiel. Ces relâchements ne pourront se faire que lorsque notre système nerveux sera assez libre d'interférence et que la connexion corps/esprit sera assez flexible pour accepter ce changement.

Pendant l'étape 4, nous nous disons : « Assez, c'est fini ou ça suffit. Je mérite mieux que ça. Je ne veux plus vivre moins que mes possibilités. Je reprends mon courage, mon authenticité ou mon pouvoir ». Au stage 5, nous avons pris conscience de ce qui se cache derrière nos illusions et nos croyances. Maintenant, nous sommes prêts à passer à autre chose. Nous savons que notre ancienne vie ne nous mènera pas plus loin dans notre évolution personnelle, familiale et communautaire. Nous ne savons pas encore à quoi nous sommes prêts, mais nous sommes prêts.

La sensation du stage 6 est un peu comme lorsque nous étions enfants et que nous avions trop mangé de quelque chose (chocolat, gâteau) et que nous sentons notre estomac nous indiquer le chemin des toilettes.

Pour passer à la prochaine vitesse, nous devons bâtir une certaine tension. Nous devons savoir qu'il y a une tension qui est présente et cette tension devra être relâchée. Cependant, lorsque nous cherchons trop tôt ce relâchement nous retournons à l'étape 2 où nous retournerons dans nos anciens patterns et habitudes. La tension monte et nous sentons le rythme du corps prendre le dessus. Lorsque nous sommes suffisamment guéris, nous ressentons non seulement la tension mais également les aspects dissonants et aliénés de nous-mêmes.

L'étape 6 représente le moment idéal pour faire des changements dans notre vie. Ces changements ont une saveur particulière. C'est souvent à l'étape 6 que nous changerons notre alimentation, que nous nous mettrons à faire du jogging, à renouer avec notre relation, à trouver une nouvelle mission de vie, etc.

Nous pouvons faire tous ces changements à l'étape 2. La différence est la motivation derrière la prise de décision. À l'étape 2, souvent les mêmes choix et opportunités s'offrent à nous. La motivation est d'avoir moins de quelque chose. Je change mon alimentation parce que je veux perdre du poids ou paraître moins gros. Je veux faire de l'exercice parce que je me suis aperçu que je m'essouffle facilement ou parce que tout le monde me dit de faire de l'exercice. À l'étape 6, nous pouvons faire les mêmes choix mais nous voulons avoir plus, plus de vie, plus de conscience, plus de tout. Nous savons que

ce que nous voulons être est plus grand que ce que les autres personnes qui nous entourent considéreraient comme des sacrifices. Pour les gens en stage 6, ces changements sont faciles et les décisions souvent quasi instantanées. Ce n'est plus quelque chose à faire; nous devenons ce que nous faisons. Nous ne nous engageons pas pour les effets thérapeutiques ou préventifs de nos activités mais pour l'amélioration de la connexion corps/esprit. Nous sommes naturellement attirés par des activités et personnes qui favorisent le développement de la conscience. Cette « synchronicité » nous permet à son tour de continuer de croître, de grandir, de se développer et de changer.

Ces heureuses coïncidences ne sont pas nouvelles. C'est parce que nous sommes plus connectés, plus souples, plus flexibles et plus réceptifs que nous pouvons les recevoir et les reconnaître. Nous entendrons parler 3 fois dans la même journée d'un livre, d'un séminaire ou d'un atelier. Nous savons alors que nous devons y être.

Nous rencontrons par hasard l'instructeur d'arts martiaux qui nous avait inspiré bien des années passées. Nous découvrons l'analyse vertébrale Network et nous le partageons avec les gens vers qui nous sommes naturellement attirés.

Le stage 6 ressemble à certains moments de notre vie où nous savions sans savoir comment ni pourquoi nous devions prendre une décision ou entreprendre une certaine démarche.

Un soir de novembre, alors que j'étais étudiant à l'université Laval, mon compagnon de chambre me parle d'un chiropraticien qu'il allait voir et me demande si je voulais l'accompagner. C'était tout juste après les examens de mission donc j'avais le temps mais pas le goût vraiment. Je ne connaissais rien à la chiropratique et j'étais heureux dans ce que j'étudiais. J'ai dit non. Il insista d'une façon inhabituelle. J'étais surpris et je me résolus à l'accompagner. Cette rencontre au bon moment a changé nos deux vies tant et si bien que tous les deux, six mois plus tard, nous nous retrouvions à Toronto pour étudier en chiropratique.

Dans l'étape 6, nous sommes prêts à des changements structuraux et des changements de vie que nous savons nécessaires. Nous devons les faire. Ce n'est même pas difficile. Ne pas faire ces changements n'est pas une option. Ce serait comme une violation de qui nous sommes. Nous devons.

Notre prochain atelier régulier sera le mardi 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 un atelier sur le ADHD en français le 30 mars à 19 h 15. Pour le mois de mars, nous aurons 2 ateliers d'ISR transformation, en français le 22 et en anglais le 23 à 19 h 15.

**Dr Pierre Bernier, D.C. 07.02.11**

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, complétez le formulaire au <http://ceurl.com/GeAJ>.