



Clinique Chiropratique St-Joseph
Pierre Bernier D.C. Christine Bourque D.C.
673 boul. St-Joseph, Gatineau (QC) J8Y 4B4
Tél.: (819) 777-0577 Télécopieur : (819) 770-4410

L'évolution et ses saisons (2^e partie)

Louise, à la lumière de ses nouvelles découvertes, commence à s'occuper d'elle. Elle est toujours très préoccupée par ses enfants bien entendu, mais elle comprend que sa sérénité ne dépend que d'elle-même.

Il n'y a pas de circonstance ou de situation qui la fera dormir, il n'y a qu'elle (Découverte, stage 3). Lorsqu'elle se réveille la nuit, au lieu de se tourner vers des somnifères, elle fait ses exercices d'Intégration somato respiratoire et médite (Transformation). Elle me dit que cela la calme suffisamment et elle peut retourner se coucher et dormir. Certaines nuits, elle doit le faire 2, 3 ou 4 fois. Elle mentionne que le nombre de fois n'est pas important puisqu'elle sait que cet apprentissage lui est nécessaire. Les antidépresseurs et les pilules pour dormir ne lui donnaient pas les outils dont elle avait besoin.

Nous pouvons facilement constater que Louise prend des actions très différentes parce qu'elle a fait de nouvelles découvertes face à elle-même (Nouvelle transformation).

Malheureusement, dans notre société, la saison découverte est plus souvent qu'autrement oubliée ou tout simplement pas considérée. Nous nous tournons vers des actions faciles et nous donnons la responsabilité à quelqu'un d'autre « d'arranger » nos problèmes.

Louise continue ses démarches avec ses adolescents; travailleurs sociaux, école et même policiers. Un jour où elle était plus inquiète, je lui demande à quel genre de vie elle rêve d'avoir avec ses enfants. Elle me répond : « Je voudrais qu'ils cessent de consommer et qu'il vienne coucher à la maison ». Je lui dis de reformuler ce qu'elle venait de me dire. Les gens qui ne consomment pas ne mettent pas l'emphase sur la non-consommation, mais sur d'autres valeurs. Elle me répond qu'elle croyait m'avoir compris, mais qu'elle ne savait pas toujours quoi faire d'autre. Je l'invite à découvrir ce qu'elle appréciait le plus de chacun de ses enfants et qu'elle leur dise. Bien sûr, elle me parlait d'amour inconditionnel, de souvenirs et de bonheur immense (Éveil).

Quelques mois plus tard, elle me dit que les choses semblent se replacer à la maison. Tout est loin d'être parfait, mais ça va mieux. Un des trois enfants est définitivement sur la bonne voie. Quelle est la prochaine étape ?

Je lui suggère de leur demander ce que chacun de ses enfants aimait le plus de la vie ? Quelles sont les personnes qu'ils aiment le plus ? Qu'est-ce qui les fait vibrer ? Je l'avertis également de ne pas prendre les réponses de façon personnelle, mais de constater et d'observer ce qui se passe avec chacun d'entre eux lorsqu'ils discuteront des choses et des personnes qu'ils aiment (Éveil).

Par la suite, elle me dit qu'elle voulait leur dire comment elle se sentait quand ils agissent de façon répréhensible. Elle savait que ce n'était pas la bonne chose à dire, mais elle voulait quand même faire quelque chose.

Je lui suggère de leur dire comment elle les aime, sans agenda, sans contrôler et sans manipulation (Éveil).

Dans la saison d'intégration, c'est l'interaction des trois autres saisons en synchronicité et en inter relation qui prédomine. Nous découvrons avec une partie d'éveil. Nous agissons en considérant l'ensemble des choses. Nous réalisons ce qui est vraiment important. Nous revisitons nos valeurs personnelles. Nos découvertes et nos actions entraînent un nouvel éveil et ainsi de suite.

L'histoire de Louise ne se termine pas à la Hollywood où tout le monde est beau et gentil. Louise a appris que c'était sa réaction à ce qui se passait qui était sa problématique et non les circonstances extérieures (stage 3). Elle a également fait de nouvelles actions (stage 4) qui étaient parallèles avec ses découvertes. Par la suite, elle a réalisé que ce qui était vraiment important n'était pas le comportement de ses enfants, mais l'amour qu'elle avait pour eux. Cet amour l'a mené à des actions et des comportements plus riches et plus appropriés (stage 5-9).

Nous aurons un atelier sur les 4 saisons le 27 mai. Inscrivez-vous, invitez un ami, les places sont limitées. Les prochains ateliers réguliers seront les mercredis 25 mars et 8 avril à 19 heures. Nous aurons aussi un atelier de NIVEAU 2 le 1er avril et un atelier de NIVEAU 3 le 22 avril à 19 heures. Inscrivez-vous...

Dr Pierre Bernier, D.C. 16.03.09

Droits d'auteur Pierre Bernier, D.C.

Ne peut être reproduit que dans son intégralité.

Visitez notre site : www.chironetwork.org

Pour recevoir l'article de la semaine gratuitement, par courriel, écrivez-nous chirostjoseph@hotmail.com avec la mention « inscrire ».