

La guérison et la conscience 12^e partie

Que peut faire notre esprit pour traiter, créer des maladies et que peut-il faire pour maintenir la santé? Peu importe le champ d'activité dans lequel nous œuvrons, nous pensons tous qu'il y a eu une foule de recherches concernant cet aspect pourtant bien important. Et pourtant, nous sommes bien loin de la réalité. La recherche corps/esprit est encore à nos jours limitée à la dimension corps.

Prenons une minute et étudions ensemble le format d'une étude typique corps/esprit. Parfois les sujets sont en santé, parfois ils sont malades. Parfois ils ont récupéré d'une maladie et sont à risque pour les récédives ou rechutes. Parfois ils ont été injectés avec un virus ou d'autres sources de maladies. Parfois leur système immunitaire est volontairement compromis. Peu importe les détails, on divise les groupes en sous groupes et on identifie certains paramètres. Dans un des groupes nous aurons par exemple du support social et dans l'autre groupe nous n'en aurons pas. Les deux groupes ont été soumis à un virus ou un produit a été injecté pour réduire leur système immunitaire et on attend. On pourra alors comparer avec un groupe de contrôle et ainsi vérifier les effets.

Bien entendu que ce genre de recherche a mené à des conclusions qui ont le potentiel de révolutionner la recherche biomédicale. La conclusion la plus évidente est que les facteurs non biologiques ont une importance statistiquement significative sur la santé et la guérison. Les chercheurs qui étudient le support social par exemple ont démontré à maintes reprises que celui-ci a des influences sur les problèmes cardiaques et plusieurs autres conditions reliées au stress. Ces recherches démontrent clairement qu'une approche strictement biologique est déficiente et que les facteurs psychosociaux ont des conséquences sur les problèmes de santé et la capacité du corps à se guérir.

Dans un deuxième temps, la recherche démontre clairement que même des conditions strictement biologiques et même très sérieuses peuvent être influencées de façon très importante par des approches entièrement non biologiques, comme la gestion du stress, de la colère, la relaxation, etc. Pour une science qui a mis tous ses œufs dans le biologique, c'est à tout le moins déconcertant voire même insécurisant.

Prenons quelques exemples bien précis et bien « scientifiques ». En 1986 Henry Bennet a étudié 94 personnes qui étaient en attente pour une chirurgie lombaire. Les gens à qui on avait enseigné des techniques de visualisation pour rediriger le sang loin de la région à être opérée avaient perdu 500 centimètres cubes de sang alors que les gens qui n'avaient pas reçu la formation avaient perdu 900 centimètres cubes de sang soit près du double. Une différence statistiquement significative.

En 1994, Lewis H Mehl, dans une étude avec 100 femmes enceintes où le bébé se présentait par le siège, a trouvé que lorsque ces femmes sous hypnose étaient encouragées à faire confiance à leur corps, à la nature et lorsqu'elles étaient invitées à explorer pourquoi le bébé était dans cette position, 81% de ces futurs bébés se retournaient spontanément dans la position plus traditionnelle. Pendant ce temps, dans un groupe de contrôle qui n'avait pas reçu la formation, seulement 48% des bébés s'étaient retournés.

En 1998 Jon Kabat-Zinn a trouvé qu'un groupe de patients qui recevaient de la photothérapie pour un problème de psoriasis, écoutaient à la fois une méditation et une visualisation guidée obtenaient des résultats cliniques mesurables (division des cellules de la peau) 50% plus rapidement que ceux qui ne recevaient que la photothérapie.

Il est à noter que dans les trois exemples ci-haut, aucun organisme n'a été injecté avec des microbes, des drogues ou des agents déclenchant des maladies. Les 3 exemples représentent une intervention modeste de ce que nous pouvons appeler l'esprit.

Ici nous serions portés à conclure que la méditation et la visualisation peuvent effectivement déplacer le mouvement sanguin dans un individu ou qu'avec de bonnes techniques les fœtus peuvent se retourner eux-mêmes. De tirer ces conclusions nous éloignent de l'esprit et nous retournent dans la recherche biologique. Il y a beaucoup plus que nous pouvons tirer de ces exemples : l'esprit a la capacité d'influencer le corps de toutes sortes de façons. Des femmes ont été capables d'augmenter la grosseur de leur poitrine en s'imaginant sur la plage avec un soleil chaud qui faisait pousser leurs seins. Des enfants allergiques à l'équivalent de l'herbe à puce n'avaient plus de réactions allergiques après que le médecin traitant leur ait simplement dit qu'il s'agissait de feuilles de tremble, etc.

Voici vos devoirs pour la semaine :, identifiez un aspect de votre santé physique, émotive ou mentale que vous aimeriez améliorer. Lorsque vous allez au lit, le soir avant de vous endormir, demandez à votre inconscient de se mettre au travail et de vous aider à améliorer cet aspect. Faites-le pendant 90 jours consécutifs. Dites-moi les résultats vers la mi-juillet. Si vous le désirez, nous pourrions en septembre faire un atelier pour savoir comment utiliser notre esprit pour mieux se guérir.

Si vous connaissez des gens avec des problèmes de santé, parlez-leur de notre clinique et de notre approche unique avec des résultats incroyables.

Le prochain atelier régulier en français sera le mardi 13 avril 2010 à 19 heures. Nous aurons aussi un atelier sur LA TRIADE DU CHANGEMENT le 14 avril, sur le NIVEAU 2 d'ajustement le 28 avril et sur l'Intégration somato respiratoire le 5 mai toujours à 19 heures. Nous avons des feuilles d'inscription pour un atelier qui explique le NIVEAU 3 d'ajustement, un autre SUR LES 4 SAISONS et un autre sur LES 5 CADEAUX DE LA COLONNE VERTÉBRALE. Lorsque nous aurons 12 noms sur une de ces feuilles d'inscriptions nous céderons un atelier.

Dr Pierre Bernier, D.C. 12.04.10

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 ».