

## *La guérison et la conscience 16<sup>e</sup> partie*

Depuis le début des années 80 la psycho neuro immunologie et ses alliés ont continué de produire des preuves qui viennent briser les anciennes croyances entre les systèmes biologiques et les parties mentales et émotionnelles dans l'équation de la guérison en démontrant la bi-directionnalité des éléments immunitaires. Les recherches sur les neuropeptides et leur implication dans la transmission d'information continuent et contribuent à l'élaboration du réseau psychosomatique.

Le nombre de substances qui influence les cellules immunitaires ont dépassé tout ce que l'on pouvait attendre avec les connaissances des années 90. On a cru en des découvertes majeures avec l'implication des catécholamines, des neurotransmetteurs, des neuro hormones, etc. On inclut maintenant une toute nouvelle forme de régulateurs immunitaires comme l'insuline, la mélatonine les hormones sexuelles, les hormones du thymus, les hormones de croissance ainsi qu'une foule d'hormones reliées au système digestif en particulier les intestins.

Toutes ces découvertes ont profondément changé l'allure et la saveur de la recherche en immunologie, qui jusqu'à il y a dix ans à peine prônait que le système immunitaire était exclusivement sous le contrôle de substances produites par le système immunitaire. Il est aujourd'hui bien connu que plusieurs substances produites par les cellules immunologiques sont également produites par certaines cellules nerveuses et que ces dernières sont des agents régulateurs importants de l'immunité.

On a découvert que lorsque notre corps est attaqué par des agents pathogènes ou autres substances, le rôle des cellules immunitaires et nerveuses change constamment. Sous ces conditions, les cellules immunitaires fabriquent des neuropeptides et les cellules nerveuses fabriquent des cellules immunitaires. Cet échange d'information accroît la capacité du corps à réagir adéquatement et en vitesse.

Il a été clairement démontré que la fonction immunitaire est très sensible au stress et aux facteurs émotifs, il n'y a aujourd'hui plus de doute que les éléments psychologiques influencent l'immunité et qu'à son tour l'activité immunitaire influence les états psychologiques. D'un point de vue évolutif, il est très logique que les facteurs environnementaux et sociaux de même que les états immunologiques comme la peur, l'anxiété, la tristesse, la colère, la joie devraient avoir des influences immunitaires parce que ces conditions et émotions nécessitent une défense plus ou moins rigoureuse de notre intégrité corporelle.

Jocelyne vient nous voir pour de l'arthrite inflammatoire rhumatoïde. Comme vous le savez, cette condition est supposément génétique et il n'y a rien à faire excepté prendre des médicaments qui ont des effets secondaires dangereux et qui ne font qu'à tout le moins réduire un peu la progression de la maladie. Jocelyne est allumée, comprend bien que le corps peut se guérir, que la guérison est un processus et qu'elle devra faire des choses différemment. On débute les entraînements. Un mois se passe sans qu'elle ne perçoive la moindre réaction dans son corps. À ce point, elle ne se questionne plus. Elle s'est engagée à faire le processus pendant un an et après elle réévaluera. C'est d'ailleurs la stratégie des gagnants.

Dans le deuxième mois, elle ressent que sa respiration change pendant les entraînements. Elle est très surprise de ce phénomène. Elle me dit un jour qu'elle a l'impression de devenir un de ces appareils qui soufflait de l'air sur le feu dans les anciennes boutiques de forges, un soufflet. Nous savons que lorsque la respiration change spontanément, nous prenons conscience de quelque chose de nouveau. La respiration

est directement reliée à notre état de conscience. Par exemple, lorsque nous sommes stressés nous respirons rapidement et avec le haut de la cage thoracique seulement. Ce n'est que lorsque nous nous apercevons que nous sommes stressés que nous changeons notre respiration. Si nous changions notre respiration volontairement, le stress n'aurait plus le même impact sur nous. C'est pour cette raison que tous les arts martiaux, toutes les techniques de yoga, de méditation et de chant ont une respiration respective qui favorise un état de conscience approprié à sa discipline.

Dans le mois qui suit elle réalise qu'elle obéit de façon inconsciente à plusieurs comportements personnels qui ne la servent plus. Elle change du jour au lendemain. Ses collègues de travail ne la reconnaissent plus. Elle prend des décisions qui ont l'air égoïste et elle me dit : « je n'ai pas le choix, ça ne peut plus durer ». La même chose se produit plus en douceur à la maison. Elle me dit un jour que tous ces changements furent faciles à faire parce qu'il n'y avait pas d'autres options. L'option de demeurer malade et de finir ses jours comme sa mère ne lui convenait pas du tout.

Un jour elle fait une rechute, une crise aiguë d'inflammation. Elle est habituée et sait que c'est passer. Elle décide de laisser le temps faire son travail au lieu de prendre des médicaments. Elle doit s'absenter du travail pendant plusieurs jours consécutifs. Elle dit que c'est une pause nécessaire. Elle persévère. Pendant ce temps, elle prend conscience de plusieurs choses du passé, de son enfance et de son conditionnement. Elle n'avait jamais vécu rien de différent que la majorité d'entre nous. Elle fait la paix avec plusieurs de ces événements et des personnes impliquées.

Elle se réveille un bon matin avec une diminution marquée (75%) de son inflammation. Elle est en rémission depuis. La guérison se produit toujours sur plusieurs aspects à la fois. S'il y a une partie de nous que nous ne voulons pas voir c'est cette partie que nous devons voir.

Comme nous l'avons vu dans plusieurs articles, le lien qui existe entre la guérison et la conscience est primordial. Le traitement ne vient que palier de façon extérieure à une situation intérieure. Le travail que nous faisons à la clinique en est un d'éveil de conscience non dirigé.

Nous avons plus de gens qui nous consultent maintenant pour des conditions associées aux systèmes immunitaires que de gens qui nous consultent pour les maux physiques. La relation entre le système nerveux et immunitaire explique la qualité de nos résultats. Parlez-en à vos amis.

Les prochains ateliers réguliers en français seront le mercredi 12 mai et le mardi 25 mai 2010 à 19 heures. Nous aurons un atelier sur l'Intégration Somato Respiratoire de niveau avancé le 19 mai, un autre sur LES 5 CADEAUX DE LA COLONNE VERTÉBRALE le 26 mai, sur LES 4 SAISONS le 2 juin, un atelier régulier en anglais le 9 juin, et un atelier qui explique le NIVEAU 3 d'ajustement le 16 juin toujours à 19 heures.

**Dr Pierre Bernier, D.C. 10.05.10**

Droits d'auteur Pierre Bernier, D.C.

Ne peut être reproduit que dans son intégralité.

Visitez notre site : [www.chironetwork.org](http://www.chironetwork.org)

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