

La guérison et la conscience 9^e partie

Comme nous l'avons vu les semaines passées, il est plus qu'important de considérer les quatre quadrants du modèle de Wilber pour les soins de santé. Nous avons regardé ensemble les aspects généraux des quatre quadrants puis, la semaine dernière, comment ces mêmes quatre quadrants seraient applicables dans un cas de cancer. Regardons aujourd'hui l'application pour quelqu'un qui se présente avec des maux de tête. Par la suite nous considérerons quelqu'un qui souffre de fibromyalgie ou de fatigue chronique.

MAUX DE TÊTE

Intérieur individuel	Extérieur individuel
<ul style="list-style-type: none"> • Exercice I.S.R. • Technique de relaxation • Comment je me sens pendant les maux de tête • Relation avec stress • Relation avec événement du passé 	<ul style="list-style-type: none"> • Mal de Tête • Migraine • Céphalée • Traction nerfs cervicaux • Radiographies • Tests • Palpation • Entraînements
Intérieur collectif	Extérieur collectif
<ul style="list-style-type: none"> • Croyance concernant les causes possibles : génétique, chimique, culturel. • Croyances face aux différentes options (médicaments, chirurgies, condamnés le conjoint, etc.) • Influence culturelle sur un style de vie sain, exercices, alimentation, temps pour relaxer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Impact sur mon travail. • Impact sur ma famille. • Combien paient mes assurances ? • Support de mes amis et famille. • Influence sur activités sociales.

Comme on peut le constater, les impacts, les influences et les effets sont beaucoup plus grands que nous aurions pu penser. Regardons maintenant une condition ou des conditions qui se ressemblent à la fin en termes de symptômes, de causes et d'impact sur les personnes, soit la fibromyalgie et la fatigue chronique.

FIBROMYALGIE, SYNDROME FATIGUE CHRONIQUE

Intérieur individuel	Extérieur individuel
<ul style="list-style-type: none"> • Qu'est-ce qui m'arrive ? • Pourquoi à moi ? • Sentiment d'impuissance • Questionnement sur le sens de sa vie. • Lien avec certains événements du passé. 	<ul style="list-style-type: none"> • Symptômes, douleur, fatigue • Diminution énergie vitale • Tests • Diagnostic par élimination • Pas beaucoup de solutions • Tension vertébrale passive • Perte de poids.
Intérieur collectif	Extérieur collectif
<ul style="list-style-type: none"> • Médecine ne peut rien faire ou à peu près. • On me dit d'en faire de moins en moins. • Il n'y a pas de causes connues. 	<ul style="list-style-type: none"> • J'ai tellement mal, je ne peux plus travailler. • Perte d'emploi. • Perte de ressources. • Effets sur ma famille et mon réseau social.

Regardons maintenant l'utilisation des quatre quadrants dans un processus de guérison pour ces conditions.

FIBROMYALGIE, SYNDROME FATIGUE CHRONIQUE

Intérieur individuel	Extérieur individuel
<ul style="list-style-type: none"> • Quels événements ou situations du passé ont déclenché cette condition? • Qu'est-ce que je peux faire par moi-même pour m'aider à guérir? • Introspection et ses conclusions. • Différentes prises de conscience. 	<ul style="list-style-type: none"> • Perte de force ou d'énergie vitale. • Qui peut m'aider avec mon énergie vitale ? • Médicaments • Chiropratique douce • Acupuncture • Exercices
Intérieur collectif	Extérieur collectif
<ul style="list-style-type: none"> • Croyance sur la diminution de la force vitale : Lorsqu'on en a pas beaucoup doit la préserver (erreur). • Lorsque notre force vitale diminue, on doit trouver les choses qui l'augmentent. • Qu'est-ce qui est acceptable culturellement? Médicament à vie, chiropraticien. • Perte d'autonomie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Groupe de support, nouveaux amis. • Nouvelle adaptation familiale. • Nouveau réseau social. • Nouvelle activité sociale pour influencer force vitale, marche, exercice.

Si vous côtoyez ou connaissez des gens malades qui ne guérissent pas, prenez l'habitude de toujours regarder lequel des quatre quadrants est trop considéré et lesquels sont mis à l'écart.

Dans notre culture toute l'emphase est souvent trop mise sur le quadrant supérieur droit i.e. qu'est ce que j'ai? Et quel traitement je dois recevoir? Et malheureusement ça s'arrête là. Dans les médecines douces de type nouvel âge on a mis l'accent sur le quadrant supérieur gauche i.e. comment je me sens par rapport à ce qui m'arrive? Comment faire pour explorer mon intérieur? Et lorsque j'ai trouvé??? Trop souvent c'est tout.

Rarement le collectif est considéré. On parle du collectif extérieur. On a quelques pistes avec les groupes de support qui sont merveilleux mais qui limitent également les possibilités. Ces limites sont souvent causées par la culture et les croyances qui y sont véhiculées. Le collectif intérieur c'est à dire ce qui est acceptable culturellement ou non n'est que rarement considéré. Nous n'avons qu'à penser à la façon dont on traite les malades. On les isole, on les traite en privé presque secrètement, on ne les invite pas à se questionner sur leurs habitudes, attitudes et croyances.

La solution réside dans l'équilibre des quatre quadrants tant au niveau de la maladie qu'au niveau de la guérison.

Le prochain atelier régulier en français sera le mercredi 31 mars 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 une 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. 22.03.10

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 ».