



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

Planifier les mauvaises choses

Lorsque j'étais jeune, le grand-père d'un de mes amis demeurait avec la famille. Dans le temps, nous avions l'impression qu'il était tellement vieux. Ce grand-père avait une caractéristique : il lisait beaucoup, toutes sortes de choses. À une époque où la télévision n'avait pas encore envahi nos demeures, certaines personnes occupaient leur temps à s'instruire et apprendre.

Un jour, il reçut un colis par le courrier et mon ami et moi étions occupés à jouer dans le salon. Il était tout excité. Il venait de recevoir une trousse pour apprendre le braille : système de lecture pour les aveugles. Je lui demande donc pourquoi il voulait apprendre ça. Il me répondit que plusieurs personnes dans sa famille étaient devenues aveugles avec l'âge. « Je me prépare pour lorsque ça va arriver ! » Bien que j'avais 8 ou 9 ans, je savais qu'il y avait quelque chose de pas correct avec ce raisonnement.

C'était planifier pour les mauvaises choses. C'était mettre notre confiance négative dans un événement futur. J'aurais voulu lui répondre : « Vous commencerez à apprendre le braille seulement lorsque vous ne pourrez plus lire, pas avant. Si vous n'en avez jamais besoin, parfait. Il sera toujours le temps de l'apprendre. »

Je lisais une étude sur le vieillissement. Cette étude incluait une charte démontrant comment à un certain âge certaines parties de notre corps commencent à décliner. À partir de 30 ans, nous perdons 2 à 3 % de notre ouïe par année. Nous perdons à partir de 40 ans une petite partie de notre masse musculaire. Nos cellules du cerveau commencent à mourir et nos connexions nerveuses sont en déclin. Bien entendu si nous croyons en ces études, ça va nous arriver. Nous ne pouvons croire ou accepter ces prétendus faits comme vérité.

Ces études sont sans doute en partie vraies, mais ce n'est pas nécessairement applicable à nous. Ça n'a pas à nous arriver. Nous n'avons pas besoin de suivre ou même d'être dans cette parade.

Cependant, ce n'est pas suffisant d'espérer de ne pas faire parler de ces statistiques. Nous devons agir, prévenir et participer à 100 %.

Qu'est-ce qui est disponible contre le vieillissement ? Il y a toujours les chirurgies plastiques de toutes sortes qui changent l'apparence mais qui ne changent vraiment rien.

Le monde pharmaceutique veut nous faire croire à coût de milliards de dollars par leurs différentes publicités que la meilleure chose c'est de prendre une pilule pour ceci ou cela. Le monde de la forme physique tente de nous convaincre que c'est l'exercice qui fait la différence. Le monde du produit naturel nous dit que ce sont les antioxydants qui changent nos vies. Les chiropraticiens, les acupuncteurs, les nutritionnistes bien sûr ont eux aussi leur façon de nous garder jeunes pour toujours. Les généticiens (heureusement pas tous) nous disent que nous sommes condamnés à vivre et à mourir selon un programme décidé à l'avance.

Qui dit vrai ? Qui a raison ? Tout le monde et personne.

Combien de gens en pleine forme meurent pendant qu'ils font de l'exercice ? Combien de gens qui prennent tous leurs médicaments de la façon prescrite meurent quand même de la maladie pour laquelle ils étaient traités ? Combien de gens au régime alimentaire parfaitement équilibré voient leur santé et leur capacité décliner tout aussi rapidement que leur voisin qui ne fait rien de tout ça ? Combien de gens défient la génétique ? D'ailleurs, les conditions que nous appelons génétiques ont bien débuté quelque part. Si ces conditions étaient vraiment génétiques, la sélection naturelle aurait déjà fait son travail.

Ce qui est vrai, ce qui est immuable, ce qui représente le dénominateur commun de tous ces scénarios c'est la personne qui fait de l'exercice, qui mange bien, qui se fait ajuster, etc. Qui nous sommes représente ce qui est important et ce qui peut faire la différence. Lorsque nous faisons de l'exercice et que nous le faisons parce que nous avons peur d'engraisser et de mourir d'une crise cardiaque, nous ne tirons pas les bénéfices de tous nos efforts. Si nous mangeons bien parce que nous avons peur d'être malades, nous le faisons pour une mauvaise raison et nous n'aurons pas les résultats désirés.

Je vous invite également à considérer que la santé, le bien-être, le vieillissement ce n'est pas seulement l'affaire de la biochimie du corps. Cette biochimie est omniprésente parce qu'elle représente un potentiel de revenu énorme pour différentes compagnies et intervenants. Pour changer notre biochimie, nous devons changer l'énergie vitale de notre corps. Pour changer notre énergie vitale, nous devons augmenter l'amplitude de nos émotions et ainsi augmenter l'intelligence émotionnelle. Pour changer cette intelligence émotionnelle, nous devons changer nos idées, nos pensées, nos concepts, nos règlements, nos limites et nos barrières (intelligence de la pensée). Pour changer l'intelligence de la pensée, nous voulons nous éveiller à l'intelligence de l'univers et de ses différentes composantes. Tous les atomes qui constituent notre corps ont le même âge, la même connaissance et la même sagesse que tout l'univers au complet. C'est Lavoisier qui disait : « Rien ne se perd, rien ne se crée. »

Vous connaissez quelqu'un qui devrait lire ces lignes ? Envoyez-les à un ami. Il aimerait recevoir ces articles sans frais, contactez-nous à chirostjoseph@hotmail.com.

Nous aurons un nouvel atelier sur les 4 saisons le 27 mai. Inscrivez-vous, invitez un ami, les places sont limitées. C'est le plus beau cadeau que vous pouvez leur faire. Les prochains ateliers réguliers seront les mercredis 3 juin et 17 juin à 19 heures. Nous aurons aussi un atelier de NIVEAU 2 le mardi 26 mai et un atelier d'intégration somato respiratoire en français le **10 juin** et en anglais le **20 mai** à 19 heures. Inscrivez-vous...

Dr Pierre Bernier, D.C. 18.05.09

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 ».