



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 notre gratitude*

Lorsque nous voulons continuer à nous améliorer, il est important, voire même crucial de mettre en branle les actions nécessaires. Attendre, espérer, prier n'est pas suffisant. Nous devons prendre les choses en main et commencer à planifier et anticiper les étapes et les résultats. Nous voulons croire en nous et agir comme si c'était en train de se produire.

Lorsqu'un couple attend un bébé, il fait toutes sortes de préparation. Les futurs parents savent ce qui s'en vient. Ils font confiance aux résultats des tests et autres signes et commencent à se préparer.

L'univers ou Dieu a mis des rêves dans chacun de nos cœurs. Nous avons tous des aspects de la vie qui nous sont chers et en quoi ou en qui nous croyons. Nous devons aller plus loin que croire ou avoir confiance que nos rêves vont se réaliser. Nous devons faire des choses et prendre des actions qui viendront supporter nos rêves.

Comme plusieurs d'entre vous le savent, Christine et moi sommes associés à un collègue d'Europe pour enseigner aux Docteurs en Analyse vertébrale Network comment organiser leur cabinet et améliorer leur service. Louise et Danielle font également partie de notre équipe. Bien sûr, tout ça en plus d'enseigner la partie clinique de l'Analyse vertébrale Network. Lorsque nous enseignons, c'est toujours très révélateur, enrichissant et parfois surprenant de constater le comportement de certaines personnes.

Suzanne qui est une chiropraticienne de talent exceptionnel devient cliente parce qu'elle a atteint un plafond dans sa pratique et se demande quoi faire pour passer à la deuxième vitesse. À travers quelques séminaires et plusieurs classes téléphoniques, il devient évident qu'elle est très consciente de ce qui se passe et où sont les erreurs ou fautes dans ses procédures et son organisation. Ses assistantes font également partie de ces séminaires et sont totalement conscientes des mêmes problèmes aux mêmes endroits. Ces difficultés sont communes et relativement faciles à corriger une fois que nous en sommes conscients.

Toute l'équipe de Suzanne semble être au même niveau et prête à changer les choses pour mieux servir leur clientèle. Quelques mois s'écoulent et nous n'entendons parler de rien. Nous sommes sous l'impression que tout va bien et que les correctifs ont été apportés. À notre grande surprise, nous apprenons par son personnel que tout est resté pareil !

Elle connaissait la situation. Plusieurs solutions lui étaient disponibles, elle n'avait qu'à choisir. Elle avait des personnes prêtes à la supporter. Il y avait bien eu quelques réunions de longue durée, accompagnées d'explications à n'en plus finir, à une prise de conscience élaborée et c'est tout. Les choses qui devaient être faites et changées ne l'ont tout simplement pas été. Elle me dit candidement qu'elle voulait débiter lentement et voir ce qui allait se passer.

Je leur répondis qu'avec cette attitude c'était certain que rien n'allait se passer. C'est un peu comme si vous vouliez vous mettre en forme. Vous lisez quelques livres sur le sujet,

vous achetez un nouvel habit d'entraînement ainsi que de nouvelles chaussures. Vous discutez avec des gens qui sont en forme et vous attendez pour voir ce qui va se passer. Je peux vous garantir qu'il ne se passera rien. Nous devons nous mettre à l'entraînement, nous devons faire ce qu'il faut faire.

Paule vient nous voir pour des problèmes de santé sérieux, elle perd du poids et est dépressive. Elle doit abandonner son travail parce qu'elle n'a plus la force de continuer. Elle me dit lors de la consultation initiale que sa vie semble être hors focus. Elle se sent tirailler à gauche et à droite. Elle a perdu le cap.

Tout de suite lors des premiers entraînements, il est évident que son attention est partout sauf sur elle et sur ce qui se passe à l'intérieur. Elle a douze mille questions et son esprit oscille entre sa relation, son travail, sa santé, etc. Je lui mentionne que lors de ses entraînements elle devrait commencer à établir son attention sur elle-même, dans le moment présent. Je lui recommande de faire la même chose pendant les exercices d'Intégration somato respiratoire à la clinique et à la maison. Elle me dit avec assurance qu'elle le ferait.

Lors d'une visite subséquente, je lui demande comment sont son attention et son focus. Elle me répond qu'elle n'a pas réussi à les garder pendant les entraînements ni les exercices d'Intégration somato respiratoire. Je lui réponds que réussir n'est pas important à ce point-ci, ce dont nous avons besoin c'est un premier pas... puis un deuxième... puis un troisième. Elle me dit que puisqu'elle n'avait pas réussi, elle n'avait pas voulu s'aventurer plus loin dans le premier pas ! ? ! ?

Nous voulons découvrir ce qui se passe. Nous voulons prendre des actions différentes de celles que nous sommes habitués à faire. C'est Einstein qui a dit : « La folie c'est de faire les mêmes choses et espérer un résultat différent. »

Lorsque vous venez à la clinique où est votre attention ? Êtes-vous présents ? Êtes-vous impliqué activement lorsque vous êtes sur la table d'entraînement ou d'Intégration somato respiratoire ? Qu'est-ce que vous pouvez faire de différent pour être encore plus présent et impliqué ?

Nous avons eu un Clear Day (journée où nous avons 3 entraînements et 3 ateliers) avec une énergie de transformation et d'actions à prendre.

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 13 mai et le 3 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. 11.05.09**

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 ».