

## ***La beauté des traumatismes et du corps - 6<sup>ème</sup> partie***

Revenons sur l'histoire de Josette dont nous avons parlé la semaine dernière. Les tremblements et les mouvements dont elle a fait l'expérience dans un environnement sécuritaire, stable et réconfortant lui ont permis de compléter un événement de sa vie. En complétant cet épisode, son système nerveux s'est libéré d'une réaction de survie qui a mené à une guérison sur plusieurs plans.

Josette a fait l'expérience de sa tentative de fuite que son corps avait voulu faire depuis qu'elle s'était retrouvée retenue de force pendant qu'on lui enlevait ses dents. Elle avait finalement pu faire l'expérience complète de la puissance innée de ses réponses instinctives et animales afin de contrer un danger imminent réel ou non.

Lorsque nous avons la perception d'être en danger, nous sommes capables de mobiliser de vastes ressources pour nous protéger et nous défendre. Nous esquiverons, nous plongerons, nous tournerons sur nous même, nous relèverons un bras ou une jambe, nous crierons, etc. Nos muscles deviendront tendus et en alerte pour combattre ou se sauver. Ce qui est le plus intéressant, c'est que si ces actions ne sont pas efficaces, nous faisons l'expérience d'impuissance et nous utiliserons une dernière stratégie : nous gèlerons sur place ou nous nous effondrerons. Le corps de Josette voulait se sauver et elle avait été retenue de force (impuissance). Pendant notre session à Paris, Josette avait finalement pu réunir ou combiner ses sensations de panique et d'impuissance avec les mouvements que son corps aurait voulu faire. Son corps, en apprenant à répondre de façon adéquate, a également permis à son esprit de guérir.

Lorsqu'un animal, incluant l'homme, perçoit un danger mortel et que le combat et la fuite ne s'avèrent plus possibles, la réponse biologique c'est la paralysie et une coupure des ordres du système nerveux moteur. Les éthologistes appellent cette réaction « l'immobilité tonique ». Les êtres humains font l'expérience de cet état sous forme de terreur ou de panique. Un tel état a été dessiné par l'évolution pour être utilisé comme toute dernière ressource, et ce, à court terme et n'être que temporaire.

Une gazelle, devant la mort imminente jouera le mort lorsque le guépard l'attrapera à la gorge. Cet arrêt de ses fonctions de fuite et de survie aura deux résultats possibles. Le premier, elle sera dévorée. Le deuxième résultat possible sera la fuite, si elle est graciée parce que la maman guépard est partie chercher ses petits pour leur apprendre à tuer ou se nourrir. Pendant ce délai, son corps pourra retrouver ses fonctions d'avant la paralysie.

Combien de ces histoires se sont produites sur les champs de bataille? Combien de soldats ont-ils été traduits en cours martial parce que leur corps avait réagi de façon innée pour survivre et que leurs réactions n'avaient rien à voir avec la lâcheté ou la trahison?

Les humains ont tendance à rester pris dans un état second, et nous avons de la difficulté à se réengager dans la vie après une expérience traumatisante, probablement parce que nous sommes des êtres pensants.

Par la suite, ces mêmes humains auront tendance à être vulnérables et à réagir fortement à toutes sortes de situations qui ne devraient pas demander une réaction ultime de survie. Au lieu d'utiliser ces stratégies ultimes de survie, elles deviennent la réaction par défaut. La moindre sensation de stimulus supplémentaire sera suffisante pour déclencher une réaction globale du corps et de l'esprit.

Est-ce que cela ressemble à beaucoup de gens qui ont des attaques de panique ou des crises d'anxiété? Pour certains, sinon pour plusieurs, la solution se trouve dans leur corps au niveau physique et non seulement dans la partie cognitive du cerveau. L'Analyse Vertébrale Network et les exercices d'Intégration Somato Respiratoire sont les outils par excellence pour aider votre corps au niveau physique à se guérir et ainsi à guérir la partie mentale ou supérieure du cerveau.

Nous sommes en pleine promotion de Noël. Nous offrons pendant cette période de l'année l'opportunité de référer des gens que vous aimez à la clinique sans aucun frais pour l'examen et les rayons X. Parlez-nous-en.

Nos prochains ateliers de niveau 1 : Introduction au processus d'auto guérison, auront lieu les mardis 11 décembre et 8 janvier à 19 h. Nous aurons aussi un atelier sur le Niveau 2 d'entraînement le mercredi 12 décembre en anglais à 19 h 15, un atelier sur le THADA le 16 janvier 2013. Il y aura une 2<sup>e</sup> partie pour l'atelier sur Les Maisons énergétiques du 14 novembre passé, elle aura lieu le mardi 22 janvier 2013 à 19 h 15.

**Dr Pierre Bernier, D.C. 10.12.2012**

Droits d'auteur Pierre Bernier, D.C.

Ne peut être reproduit que dans son intégralité.

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

Pour recevoir l'article de la semaine gratuitement, par courriel,  
remplissez le formulaire au <http://eepurl.com/GeAJ>.