



Devenir Thérapeute

Livre #1

Pierre LE GARRERES



Devenir Thérapeute

Accompagner avec bienveillance des processus
de Changement et de Guérison

* * * *

« Bien des êtres humains ont tenté les manœuvres les plus folles depuis les tout premiers instants de leur existence pour se faire aimer. Les réseaux sociaux tirent d'immenses profits de l'avoir compris. Ainsi des millions de personnes rivalisent d'efforts et d'imagination pour se faire apprécier et se donner l'illusion d'être aimés. Stratégie plus ou moins consciente pour parvenir à s'aimer un tant soit peu ? – Sans doute... Quoi qu'il en soit, la vérité est ailleurs car le but véritable possède une tout autre envergure, beaucoup plus vaste et beaucoup plus lumineuse. Et contrairement à ce que nous inspire notre instinct de survie, le but n'est pas tant de se faire aimer des autres. Le but ultime est de trouver la force et le courage d'aimer les autres et de s'aimer soi-même ! Car en devenant capable d'aimer, vous sortez de la survie et du manque, pour entrer dans la vraie Vie et dans l'abondance. Alors, vous commencez à déployer vos ailes d'Amour et vous pouvez enfin prendre votre envol vers la Vérité et la beauté qui est au-delà... ».

- Pierre Le Garrères -2024

Que cette Formation vous aide à ouvrir vos ailes et à percer les voiles qui obscurcissent la Lumière !

Pierre Le Garrères

« L'Amour était la clé mais nous ne pouvions pas le croire ! »

Table des matières

Devenir Thérapeute	2
Accompagner avec bienveillance des processus de Changement et de Guérison.....	2
Table des matières	3
LES BASES ET LES FONDEMENTS.....	9
La véritable nature de l'Être humain.....	10
Poussière d'étoile.....	10
ADN = Serpent cosmique ?.....	11
Des êtres de Lumière.....	11
1. Ancrage.....	13
Voici le process en détails :.....	13
2. Travail sur soi.....	17
3. Protection personnelle	19
Le Cœur rayonnant d'Amour.....	19
Le Process.....	20
4. Travail sur l'attention	22
La Lumière au bout du tunnel	23
Exercices sur l'Attention – Circuit n°1	24
Le Cadeau (le vrai)	27
Perdre la boule.....	27
POP – Points de l'Os Pubien	30
Circuit POP	31
POP - L'exercice #2	31
Les 3 Triangles d'Or, d'Argent ou de Cuivre.....	33
Guérison	35
Guérison	37
Guérison	39

5. Développer son Ressenti	40
Exercice 1 - Humer l'air	40
Exercice 2 - La boule d'énergie	42
Exercice 3 - Interaction	42
Exercice 4 - Ma main la plus sensible.....	43
Exercice 5 - L'Aura	44
Exercice 6 - Percevoir l'imperceptible	45
Exercice 7 - Expansion / Rétractation	46
6. Alliance thérapeutique.....	48
Travailler ensemble en Confiance	48
Les Pièges	48
Les mots clés : Proximité émotionnelle - Réassurance	49
Le secret :.....	50
Travaux pratiques :.....	50
7. Recentrage du corps éthérique	51
La technique	51
Remarque :.....	52
Exercice	52
8. « Ce grand manque d'Amour »	53
Cette blessure que j'appelle « Ce grand manque d'Amour »... 53	
Et c'est clairement le ressenti qui l'emporte sur la réalité	54
« Grand manque d'Amour » ou vécu comme tel !	54
Le rôle essentiel de l'Amour	55
9. L'histoire de sa vie	57
Exercice d'écriture de l'histoire de sa vie... (15 minutes).....	57
Les barrières	57
Et si on changeait le scénario ?	57
Une aube nouvelle	58
Exercice de réécriture de l'histoire de sa vie... (20 minutes).....	58
10. Les pouvoirs de l'INTENTION	60
Définition.....	60

L'abandon de soi.....	60
Dimension spirituelle sacrée	61
Faire le vide	61
Exercice :.....	61
11. Mécanismes génératifs des maladies	62
Le schéma	63
Décodage psycho-émotionnel.....	64
Cristallisation dans le corps éthérique.....	65
Prophylaxie	65
L'incertitude.....	65
Question de vie ou de mort	66
L'irrépressible expression des émotions.....	66
Dis-moi d'où tu viens / qui est-ce qui t'envoie ?.....	67
Vie actuelle	67
Blessures majeures	68
Enfance.....	68
Étude de cas : Moi aussi je veux être malade (issu de mes notes)	69
Adolescence	70
Nouveau-né et prime Enfance.....	71
L'accueil inconditionnel	72
Le Cerveau est sculpté par l'amour (Boris Cyrulnik).....	74
La blessure de séparation.....	74
La sage-femme « coupable ».....	75
Synthèse.....	76
La période intra-utérine	76
Étude de cas : Luc, 17 ans	77
Je veux avoir un garçon	78
Le Transgénérationnel	80
Guérir une douleur transgénérationnelle	81
La Guérison	81
Démonstration	82

Étude de cas :	82
Réminiscences de vies antérieures.....	83
Exercice :.....	85
Récapitulons	85
L'ÉNERGIE.....	86
12. À propos de l'énergie	86
Vie est synonyme d'énergie	86
Le premier pas	88
L'expertise de l'œnologue	88
Notre mission.....	88
Apprendre	89
Définition scientifique et conséquences	89
Soins énergétiques / Soins spirituels.....	91
1. Coupure des liens	91
Technique avancée pour couper un lien toxique	91
Comme souvent, vous lui donnez bien plus en l'invitant à faire lui-même !.....	92
2. Suppression des "sangsues".....	93
La méthode.....	93
3. Remplir les vides.....	94
Technique pour combler les vides	95
4. Lissage du corps éthérique	96
Technique de lissage	96
5. Aspiration des énergies usées	97
Technique d'aspiration	98
6. Suppression des masses et des flèches	99
Choc émotionnel ou émotion envahissante.....	100
Extraction ou Transmutation	100
Inspiration	100
Intuition	100

le savoir obscurcit les intuitions quand la connaissance (expériences vécues) les éclaire.	100
Techniques d'extraction ou de transmutation	100
7. Recharge énergétique.....	103
Termes de références	104
Techniques de recharge énergétique	104
1. La Boule d'énergie :	105
2. Les capteurs manuels	105
La recharge en énergie de la Terre	106
3. Recharge complète	107
8. Travailler avec ses Guides	108
La Lumière t'accompagne.....	109
Plus vous donnez, plus vous recevez !	110
9. Pansement de Lumière	110
Poser un pansement de Lumière	111
Le déroulement normal	112
Exercice :	113
Études de cas	113
En conclusion :	116
10. Activation / Harmonisation des Chakras	116
Activation de chaque chakra	117
Activation pratique :	117
Bénéfices	118
Le Pouvoir des Questions	119
La réponse n'est pas toujours le plus important	119
Poser la « bonne » question	120
Les pièges classiques	120
Poser des Questions Puissantes	120
Les questions qui commencent par Pourquoi.....	121
L'art de pivoter ou de surprendre	122
Surprendre.....	123

Premier élément : la temporalité	123
2 ^{ème} élément : Observer d'un point de vue hors de soi.....	124
3 ^{ème} phase : responsabilisation / métamorphose.....	124
4 ^{ème} phase : le déclic !.....	125
Questionner en énergie riche	126
Le VAKOG	128
Le VAK.....	128
Voici un exemple simple :.....	128
Guérison sur les 4 plans	130
Où il n'y a pas d'Amour mais seulement de l'ego, il y a toujours beaucoup de souffrances !.....	131
Le mental n'a pas son pareil pour attirer votre attention qui se porte toujours sur le passé ou sur le futur	132
Si le cœur est Joie et Compassion, l'âme est Paix et Sérénité	133

* * * *

LES BASES ET LES FONDEMENTS

La véritable nature de l'Être humain

Je voulais introduire cette Formation par un ensemble de prises de conscience essentielles qui concernent l'être humain puisqu'il est le sujet central de ces enseignements.

- D'où venons-nous ? Et qui sommes-nous vraiment ?

Bien difficile de répondre à ces questions globalement. En revanche, voici une partie de la réponse qui va nous éclairer sur votre véritable nature.

Poussière d'étoile

« Le cosmos engendre ses propres monstres, des étoiles bleues, pouvant chacune contenir 1000 de notre soleil et qui brillent cent mille fois plus intensément que ce dernier.

Dès leur naissance, le destin de ces énormes sphères incandescentes est scellé ; nulle échappatoire, nulle exception n'est admise : leur vie, fulgurante à l'échelle cosmique sera mille fois plus brève que celle du soleil. Tel est le tribut qu'elles paient à leur exceptionnelle luminosité. Cette débauche d'énergie épuise à grande vitesse les énormes réserves de combustible nucléaire dont elles furent initialement dotées.

La fin d'un tel astre est cataclysmique. En même temps que son cœur palpite irrégulièrement, l'étoile supergéante subit de brusques périodes de gonflement. Elle perd alors sa matière par lambeaux.

Une fois son cœur mis à nu, devenu supernova, elle explose en entamant un véritable chant du cygne : elle devient dix milliards de fois plus éclatante que ses semblables.

C'est à de telles étoiles que nous devons la vie. L'oxygène que nous respirons, les atomes lourds qui constituent nos propres cellules furent en effet forgés pour certains, au sein du cœur exceptionnellement brûlant de ces astres. Pour les autres, dans leur matière déchirée par l'explosion finale.

Ces débris féconds, soufflés au loin dans l'espace interstellaire, ont enrichi de leurs atomes, des nuages de gaz. Les fragments de l'un d'eux ont engendré le Système solaire.

Ainsi, au ciel comme sur Terre, la poussière retourne à la poussière ; la vie vient de la mort ». (« Cosmos » Sylvia Arditi - Marc Lachièze-Rey - Ed. Marval Vilo)

Nous sommes donc en mesure d'affirmer que **nous sommes « poussière d'étoile »** et qu'il ne s'agit nullement d'une métaphore !

ADN = Serpent cosmique ?

Francis Crick, le codécouvreur de l'ADN, avait lui-même suggéré que l'ADN pourrait être d'origine extraterrestre. Et c'est ce que disent les gens qui parlent du serpent cosmique : il est un principe vivant, une essence animée, unique, et animant l'ensemble de la nature - c'est ce qu'ont toujours dit les animistes, qu'il est d'origine extraterrestre !...

Au début de l'an 2000, un ami astrophysicien m'avait confié avec beaucoup d'émotion que des équipes de chercheurs avaient découvert des fragments d'ADN flottant dans l'Univers. Il disait à regret que cette découverte majeure passait totalement inaperçue aux yeux du grand public. **De la vie à l'état latent, en quête d'une terre d'accueil.** Émouvant.

Des êtres de Lumière

Mais la magie ne s'arrête pas là ! En effet, à Neuss, non loin de Düsseldorf, l'institut de recherche sur les biophotons du biophysicien allemand **Fritz-Albert Popp**, mesure la lumière contenue à l'intérieur des cellules.

Les biophysiciens allemands, sous la conduite de Popp, ont découvert et démontré en 1975 que les cellules vivantes contiennent de la lumière. C'est Popp qui a inventé le terme de *biophotons* pour décrire cette lumière. Elle est visualisée par un amplificateur de lumière résiduelle. Pour Fritz-Albert Popp, cette lumière est un signe de l'ordre interne et de la vitalité des cellules.

En conclusion, Fritz Popp, tourne son écran vers son auditoire et déclare très sérieusement : « Il est donc tout à fait justifié de dire que nous sommes des « Êtres de Lumière » !

Je vous laisse maintenant envisager la personne que vous êtes comme venant d'une étoile Bleue géante et comme un Être de Lumière dont le principe actif de vie, l'ADN vient de l'espace ! Cela vaut bien une petite méditation. Une vision de l'être humain que je vous suggère vivement de partager avec vos patients convaincus qu'ils ne valent pas grand-chose ! C'est aussi une invitation convaincante à se respecter et à respecter nos frères et nos sœurs des étoiles.

De plus, Pierre Teilhard de Chardin ajoute que « **Nous ne sommes pas des êtres humains vivant une expérience spirituelle mais des êtres spirituels vivant une expérience humaine** ».

Exercice : méditez sur la véritable nature de l'être humain que vous êtes...



1. Ancrage

« Rien ne peut ni ne doit être fait sans lui »

« En tant que thérapeute, il est important que les autres ressentent notre ancrage, notre centrage et finalement notre prise de Terre. La qualité de celle-ci permet aux autres de se sentir en confiance et de se reposer sur cette base solide et rassurante. D'où la nécessité de bâtir des fondations solides à tous les niveaux.

De celui qui est correctement ancré, émane de la sérénité ; on dit qu'il est très posé. Il devient donc très rassurant d'autant qu'il permet aux autres de s'ancrer plus facilement grâce au rayonnement de son propre ancrage ».

(Commentaire issu de mes notes personnelles).

Mais commençons par redéfinir le processus et sa raison d'être.

Généralement, quand on parle d'ancrage, il s'agit de « s'ancrer » à la Terre. Mais en réalité, cela va beaucoup plus loin que cela !

Voici le process en détails : (à effectuer en position debout)

1. **Respiration** : Prenons ensemble trois grandes inspirations en posant notre attention et notre conscience sur notre respiration. Le but est de ramener notre attention sur soi et plus précisément à l'intérieur de soi. Cela contribue également à nous couper du monde extérieur tellement attractif pour notre attention qui nous échappe à la première occasion.
2. À présent, prenons contact avec notre **corps tout entier**. Puis avec nos plantes de pied.
3. Établissons un **contact conscient avec la Terre** sous nos pieds (même si nous sommes au 5^{ème} étage). Et profitons-en pour rendre à la Terre nos énergies usées, voire toxiques.
4. Ensuite laissons descendre tout ce qui pèse (idées noires, préoccupations, contrariétés, soucis, etc.).
5. Procédons maintenant à un rééquilibrage de notre énergie principalement présente dans la « sphère du mental* » et faisons-la descendre lentement et consciemment vers le bas jusqu'à nos pieds. Le but est de retrouver de la stabilité. Un peu comme un lampadaire de salon qui est lesté dans sa partie basse.

6. Il est temps maintenant d'accueillir consciemment les **énergies telluriques** de la Terre. Mettons-nous dans notre ressenti pour sentir cette énergie monter en nous et l'accompagner jusqu'à notre cœur (elle n'a rien à faire plus haut).
7. À présent, nous allons **nous harmoniser avec notre environnement** : - la pièce où nous nous trouvons – l'appartement ou la maison – le jardin, les arbres... - le quartier alentour ou la campagne et leurs éléments principaux : nos frères et sœurs humains, les animaux, les rivières, les montagnes, l'océan, la forêt, les champs, etc.
8. Nous voilà ancrer vers la profondeur de la Terre et également vers l'espace horizontal autour de nous. Ajoutons-y l'alignement vers le haut dans une **dimension plus spirituelle** pour nous aligner entre ciel et Terre. Pour le faire au mieux, nous devons nous élever de deux ou trois mètres vers le haut car il semble que l'énergie cosmique ne puisse pas descendre jusqu'à notre dimension matérielle ou seulement en très petite quantité. Imaginons que nous amenons notre énergie vers le sommet de notre crâne. Puis formons une colonne avec notre énergie au-dessus de notre tête à deux ou trois mètres jusqu'à ressentir une connexion subtile avec l'énergie divine (ou cosmique). Le ressenti doit être bien réel avec une sensation qui s'apparente à un courant électrique de faible intensité qui viendrait irradier au moins le haut du corps.
9. Pour finir, ressentons tout à la fois :
 - L'ancrage à notre terre intérieure (notre ventre)
 - La connexion à la Terre-Mère (échange d'énergies)
 - L'harmonisation consciente avec notre environnement
 - Et la reliance avec l'énergie divine (cosmique).

Je tiens ces pratiques de deux sources : mes initiations chamaniques au Pérou et au Mexique, et des Grands Maîtres de l'Inde par l'intermédiaire des enseignements de Bob Moore qui m'ont été transmis par Daniel Perret.

**La notion de sphère du mentale sera définie plus loin dans le chapitre concernant l'anatomie subtile.*

Remarque : il n'en demeure pas moins que le fait de devoir s'ancrer à la Terre reste un peu abstrait, voire imaginaire. En revanche, le fait de vous connecter avec votre Terre intérieure (ventre) devrait être très concret,

Cela s'apparente beaucoup avec la méditation Mindfulness = pleine Conscience = Présence.

S'ancrer c'est être conscient de son environnement extérieur
autant que de son univers intérieur !

C'est « **ne pas passer à côté** » sans rien voir ni rien ressentir (ou trop peu). C'est donc percevoir ce qui se passe en soi et dans l'énergie, le corps et la tête de votre patient autant que possible !

Recommandation : avant chaque entretien ou consultation, avant de donner un soin et avant toute pratique subtile, ancrez-vous ! Et restez ancrer consciemment pendant tout le soin. De cette façon, si vous veniez à récupérer des énergies négatives d'un patient, ces énergies seraient automatiquement dirigées vers la terre et évacuées de votre être (corps et esprit). Si après un soin, le patient ayant quitté votre cabinet depuis plus d'une heure vous repensez encore à lui, c'est qu'une partie de son énergie se trouve encore en vous !

Que se passerait-il si vous ne le faisiez pas ? - Trois choses vraiment délétères. La première est que, tout comme un appareil électrique non connecté à la terre, vous allez vous-même jouer le rôle de la terre en récupérant toutes les énergies excédentaires ou toxiques de vos patients notamment !

La deuxième chose problématique engendrée par une absence (ou une insuffisance) d'ancrage, est que vous risquez fort de passer vos propres énergies usées ou toxiques à vos patients.

Et pour finir, il n'est pas rare qu'un patient se raccroche à votre énergie pendant et parfois même bien après un soin, à votre insu. Cela engendre une fatigue anormale et parfois des sentiments de tristesse, de déprime, voire même de colère ou d'anxiété !

Même si de prime abord, le process vous semble long à la lecture. Une fois bien entraîné, c'est l'affaire d'une à deux minutes AVANT l'arrivée du patient. En outre, invité le patient à s'ancrer lui-même est une pratique qui

favorisera la présence et la réceptivité aux soins que vous serez amené à lui donner.



2. Travail sur soi

Parlons vrai ; le travail sur soi est une quête infinie et parfois douloureuse. Se faire accompagner ne sera pas suffisant, il est indispensable d'effectuer un travail sérieux et profond sur soi. Cela consiste à apprendre à se connaître et **à s'aimer**. Il vous faudra franchir bien des obstacles et vaincre de nombreuses résistances (destinées à vous protéger) d'une réalité qui bouscule, qui isole et qui fait voler en éclat nos certitudes rassurantes et confortables.

Pour utiliser une formule à la mode, il faudra « sortir de votre zone de confort » et vous aventurer **bien au-delà du connu** et de vos repères habituels avec confiance et courage.

Mais si vous êtes en train de lire ce livret, c'est que vous êtes sur votre « Chemin de Lumière » depuis plusieurs années déjà. Vous commencez sans doute à vous connaître et cette Formation va vous y inviter encore davantage.

Comme vous l'avez probablement compris, on voit un thérapeute pendant un moment... puis on en rencontre un autre. Et encore un autre. Cela signifie qu'une seule personne ne peut vous aider à suivre tout le chemin que vous êtes capable de faire et tout le travail sur vous-même que vous êtes censé accomplir.

Au fur et à mesure de votre évolution, votre niveau de conscience augmente et pour que cela fonctionne, il vous faut toujours trouver un thérapeute dont la fréquence d'énergie vibre un peu (ou beaucoup) plus haut que la vôtre. Cela fait qu'il vous est de plus en plus difficile d'en trouver un qui vous aide vraiment à avancer.

Pourtant, il est indispensable de continuer à se faire accompagner car chaque étape de votre évolution comporte son lot de difficultés et d'épreuves. Pour gagner un temps précieux et pour répondre à votre besoin d'évolution – une sorte d'accélération – il est beaucoup plus sûr et plus simple de se faire accompagner.

La remise en question de soi et de ses capacités est une condition incontournable de tout thérapeute qui se respecte. Le manque d'évolution engendre l'ennui qui entraîne la chute libre de votre motivation qui entraîne paresse et lassitude. Rien de bon pour vous en somme !

Il va de soi que continuer à se faire accompagner vous permettra non seulement de poursuivre votre évolution mais aussi de vous aider à nettoyer votre corps des énergies stagnantes (lourdes et lentes de basses fréquences) afin d'éviter qu'elles se cristallisent quelque part dans le corps entraînant douleurs et maladies diverses. Si le corps à besoin de soins réguliers, il en va de même pour les émotions et les sentiments (ressentis au niveau du cœur).

Sans oublier que les émotions sont à la fois des alertes et de sérieux perturbateurs de vos énergies ! Un peu comme si la sirène qui alerte les pompiers était elle-même l'incendie (dont vous aurez soin de traquer les sources / causes).

Souvenez-vous qu'une personne (thérapeute) saine ressent simplement de la joie (sans raison) et de la compassion. Exempt de jugement, de critique, de peur, de colère et de rancœur notamment !

Gardez à l'esprit que le but ultime n'est pas d'arriver le plus haut possible mais de garder une courbe d'évolution constante tout au long du chemin !



3. Protection personnelle

Indispensable pour éviter de se laisser envahir par des énergies négatives qui ne vous appartiennent (peut-être) pas.

C'est un phénomène bien connu ; lors des soins, il est fréquent de « faire l'éponge » en prenant généreusement les énergies négatives et toxiques d'un patient. Et puisque nous le savons, nous devons nous y attendre et nous y préparer avec le plus grand soin.

La première « contrattaque » reste l'ancrage tel que décrit au chapitre 1. Malheureusement, généralement, cela ne sera pas suffisant parce qu'il est presque impossible d'être à la fois investi dans le soin et dans la gestion de sa propre énergie !

J'ai expérimenté beaucoup de solutions pour tenter de régler ce problème : le manteau de Lumière, la bulle, le nettoyage après un soin (qui reste indispensable), des autosoins énergétiques après coup, etc.

Tout cela fonctionne plus ou moins mais seulement en partie. Ce n'est que le jour où un copain thérapeute m'a froidement avoué qu'en cas de problème, il se connectait à mon énergie pour s'en sortir, que j'ai pris conscience qu'il me fallait un process fiable et à même de régler le problème une bonne fois pour toute.

Le Cœur rayonnant d'Amour

Comme après des années de tentatives, je n'avais pas vraiment trouvé de solution, j'ai demandé de l'aide à mes guides (nous étudierons ces pratiques plus tard dans la Formation). Comme souvent, sur le moment, il ne s'est rien passé du tout.

Mais un matin vers quatre heures, le process m'a été montré et il m'a été donné de le ressentir globalement. Je vous le livre tel quel :

Voilà comment ça marche : imaginez que vous tenez un tuyau d'arrosage qui déverse une eau trouble et nauséabonde dans une main. Vous vous rapprochez d'un autre tuyau d'arrosage plus gros qui ne coule pas (ou très peu) et vous positionnez votre tuyau d'arrosage pour faire rentrer l'eau sale dans ce tuyau propre. De l'eau souillé va s'y engouffrer sans aucun doute.

À présent, vous allez tourner le robinet qui alimente le tuyau propre à fond pour faire couler l'eau propre avec un fort débit. Maintenant, essayez de nouveau d'y faire rentrer l'eau sale... Eh bien, non, ça ne marche pas ; l'eau sale est vivement repoussée par le fort débit du tuyau propre. Et pas une souillure n'y pénètre tant que l'eau propre gicle avec force.

Le Process

C'est tout simplement ainsi que cette protection fonctionne. Voyons maintenant comment nous allons la réaliser étape par étape :

- 1- Posez-vous 3 minutes. Prenez le temps de respirer et idéalement d'effectuer l'ancrage du chapitre 1. Une fois bien aligné, passez à l'étape suivante.
- 2- Faites descendre consciemment votre attention au niveau du chakra du cœur. Et commencez une respiration consciente par ce chakra en imaginant simplement que vous respirez via un orifice respiratoire au niveau du chakra du cœur.
- 3- Rassemblez votre énergie au niveau de ce chakra. Encore... et encore. Jusqu'à ce que vous ressentiez une chaleur qui grandit de plus en plus... Et **amplifiez encore l'énergie d'amour** au niveau de votre chakra Cœur dont la fonction principale est de rayonner.
- 4- Et maintenant, **faites rayonner votre cœur de tout l'amour** dont vous êtes capable. Notez que plus vous en demandez, plus il en vient. Un peu comme si vous déversiez l'eau d'une cruche et que plus vous versez, plus la cruche se remplit.
- 5- Terminez le processus en vous mettant en « Gratitude », cela a pour effet de rendre votre énergie d'amour encore plus blanche et donc plus pure.
- 6- Veillez à maintenir ce rayonnement actif tout au long de la consultation. La simple conscience qu'il est actif sera suffisante, encore faut-il rester bien « présent » (bien ancré).

À présent, vous voilà parfaitement immunisé et bien protégé pour recevoir le plus toxique des patients sans aucun risque de prendre son énergie négative car vous vibrez à un niveau beaucoup plus élevé.

C'est-à-dire que le rayonnement votre cœur est véritablement lumineux et qu'à son contact toute énergie sombre transmute : **la Lumière chasse l'ombre.**

Remarquez au passage que vous irradiez votre propre corps physique du même coup et même vos corps subtils (corps éthérique).

Attention, il est fréquent qu'un thérapeute attire à lui des personnes souffrant exactement des problèmes qu'il a eu à traiter pour lui-même à un moment donné de son évolution ! Et ceci à une conséquence majeure qu'il est bon de garder à l'esprit :

- L'histoire de votre patient risque fort de vous ramener à votre propre histoire et à vos propres difficultés (ou à vos propres démons). *Nous étudierons ça plus loin (chapitre Contre-transfert).*

Ainsi, j'ai vu souvent des thérapeutes qui se plaignaient d'avoir été contaminés par les énergies négatives d'un patient sans parvenir à s'en défaire. Ce qui ne risquait pas d'arriver puisqu'en réalité, ils étaient de nouveau confrontés à leur propre souffrance (probablement traitée de manière partielle dans le passé). Restez donc vigilant et conscient de ce que vous ressentez.

Leur patient incriminé, n'étant qu'une pique de rappel, généreusement offerte par la Vie (ou votre moi supérieur...) pour vous rappeler que le travail sur cette question n'est pas terminé. Ce qui n'est pas du tout la même chose que de se laisser envahir par les énergies négatives d'un patient !



4. Travail sur l'attention

Apprendre à focaliser votre Attention consiste à acquérir la capacité d'être présent à 100% à ce que vous êtes en train de faire en prêtant une « attention » accrue à tout ce qui se passe.

Précisons dès le départ que votre Attention est faite d'énergie. Et ce qui complique les choses est que cette énergie est la même qu'utilise votre cerveau pour former des pensées.

Il va sans dire que si vous n'êtes pas correctement ancré (chapitre 1), vous ne pourrez avoir qu'un contrôle approximatif sur votre attention, laissant échapper du même coup énormément d'informations parfois cruciales.

Par définition, votre attention à une propension naturelle à se disperser et adore papillonner. C'est-à-dire qu'elle se promène au gré de sa fantaisie et de son **irrépressible envie de nouvelles stimulations**.

Une nouvelle stimulation vient immédiatement alimenter la zone de récompense dans le cerveau et vous en retirez une sensation de satisfaction immédiate. La moindre **stimulation nouvelle** offrant une récompense potentielle irrésistible pour elle (sécrétion de dopamine) !

Les réseaux sociaux avec les vidéos courtes : Tik Tok (chinois) et Instagram & YouTube (américains) l'ont bien compris et en tirent de grands profits.

Une nouvelle stimulation agit sur vous exactement comme le sucre des bonbons et des gâteaux ou les chips = **plaisir immédiat**. À la différence que si les effets délétères du sucre pour notre corps sont bien connus et donc culpabilisants, il est facile de penser que « bloquer » une heure sur Tik Tok ou Instagram ne vous fait aucun mal !

Nous sommes faits ainsi, vous êtes fait ainsi. Mais ne nous jugeons pas trop vite, nous ne sommes pas mauvais, nous sommes simplement **contrôlés et manipulés à notre insu** par des programmes internes transparents (biais cognitifs, hormones, « câblage » de notre cerveau et autres petits programmes archaïques de survie).

Tout l'enjeu consiste à en démasquer le maximum grâce à notre conscience qui ne peut être renseignée que par... notre Attention focalisée sur une action ou une situation donnée à l'instant « T ».

La Lumière au bout du tunnel

Fort heureusement, par un travail spécifique, vous allez parvenir à reprendre les rennes. Les exercices que vous allez pratiquer ici, sont très peu connus et pourtant ce sont de loin les plus efficaces que j'ai pu trouver et expérimenter. La bonne nouvelle est qu'en plus, ils pourront vous apporter des guérisons de Lumière exceptionnelles...

Cependant, ils demandent un réel engagement de votre part. Si j'insiste sur ce point, c'est que la grande majorité des thérapeutes que j'ai pu observer, tente de pallier l'absence de ce genre de travail en pensant que l'intuition sera la solution ultime (à tout) et viendra combler les manques...

Il est d'ailleurs amusant d'observer que les thérapeutes qui ne savent pas vraiment ce qu'ils font (ou très peu) disent tous la même chose : « je fais ce soin avec mon intuition ».

C'est un peu comme si je vous disais que je vais réparer le moteur de votre voiture avec mon intuition et « ma clé de 13 » bien sûr (Tambour, Bol Tibétain...). Eh bien, dépêchez-vous d'appeler un Uber ou de vous acheter un billet de train parce que vous n'êtes pas prêt de repartir :D

Le fait est que l'intuition seule (sans connaissances particulière) est un peu comme un couteau de cuisine face à l'épée Excalibur qu'est l'intuition qui s'appuie sur de vastes connaissances... et aussi sur le contrôle de l'attention, il se trouve.

Mieux contrôler votre attention vous ouvrira bien des portes,
notamment la porte dérobée de la « **profondeur** »
(versus la superficialité).

Avertissements : AVANT de pratiquer l'exercice suivant, assurez-vous d'être parfaitement ancré ! D'autre part, intégrez tout de suite le fait que cet exercice portera ses fruits dans plusieurs mois (voire années) !

La récolte des fruits de ce travail est réservée à celles et ceux qui l'auront pratiqué des centaines (voire des milliers) de fois. Le véritable accès à la profondeur et aux perceptions subtiles est à ce prix.

Comprenez que la satisfaction après l'ascension du Pic d'Anie (2504 m) dans le Pyrénées n'a rien à voir avec la « récompense » et les sensations ressenties après avoir escaladé l'Everest (8848 m) dans l'Himalaya !



Pic d'Anie 2504 m



Mont Everest 8848 m

Pas si différent que ça en apparence, et pourtant un monde les sépare. Le monde de l'engagement, de la connaissance de soi et d'un courage sans limite. « Connais-toi toi-même et tu connaîtras... l'Univers et les dieux ! ».

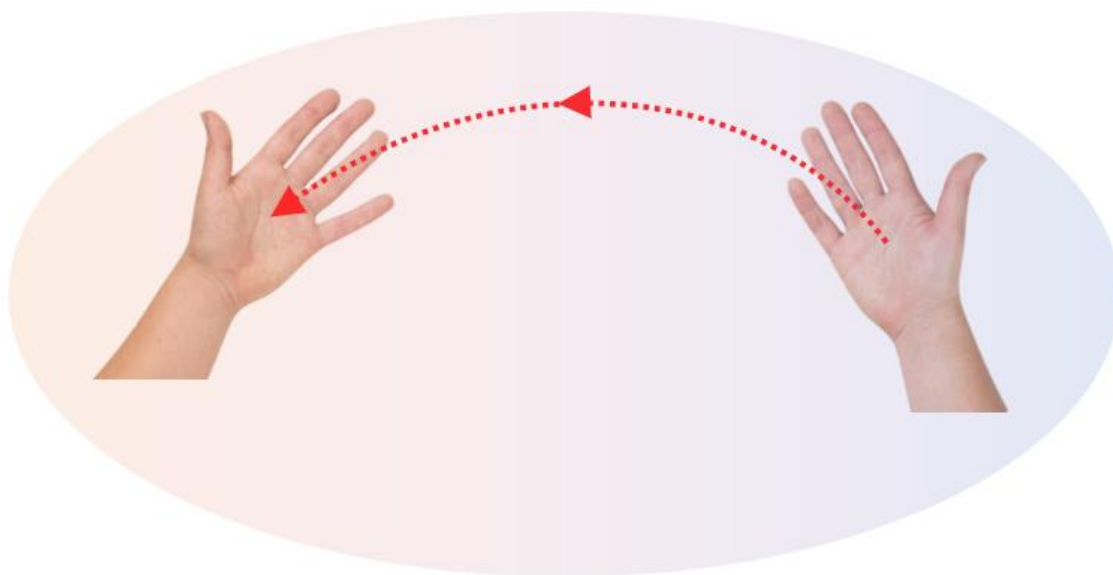
* * * *

Exercices sur l'Attention – Circuit n°1

Dans cet exercice comme dans les 3 suivants, le principe est le même : assembler une petite boule d'énergie faite de votre Attention et la faire glisser (déplacer) le long d'un circuit donné tandis que votre ressenti vient capter les perceptions associées (ou leur absence). On a donc une **synergie entre focalisation de l'Attention et ressenti des perceptions**.

INITIATION

- 1- Commencez par **vous ancrer** (ou vous réancrer).
- 2- Amener votre Attention sur le 3^{ème} Œil (2 doigts au-dessus de la jonction des sourcils). Et restez bien centré sur ce point en y focalisant votre Attention le plus possible. Aidez-vous en venant décrire de tous petits cercles en effleurant à peine la peau de votre front au niveau du 3^{ème} Œil avec la pulpe du majeur de la main gauche pendant 30s à une minute. Cela vous chatouille légèrement et permet d'amener de plus en plus d'énergie sur ce point qui se met à devenir de plus en plus large avec une sensation de chaleur croissante qui valide la présence d'une certaine quantité d'énergie (de votre Attention).
- 3- À présent, commencez à faire glisser délicatement (toujours en effleurant à peine) le bout du majeur sur la peau du front au-dessus de l'arcade sourcilière droite, très lentement.
- 4- Puis, descendez sur la tempe droite toujours bien lentement et en observant les perceptions ressenties sous la peau avec votre Attention.
- 5- Glissez verticalement le long de la joue jusqu'à la mâchoire inférieure droite... et descendez lentement le long du cou vers la clavicule droite.
- 6- Maintenant, sans vous arrêter, tirer une ligne horizontale à fleur de peau jusqu'à l'épaule droite en prenant le temps d'aller lentement pour bien ressentir ce qui se passe sous la peau.
- 7- Puis continuez à descendre sur le côté du bras droit vers le coude. Et glissez lentement à fleur de peau sur le côté de l'avant-bras vers le poignet. Rejoignez l'intérieur du poignet et venez au centre de la paume de la main droite. – Temps écoulé depuis le début : une minute à 1'30.
- 8- À présent, restez sur le point au centre de la paume de la main droite 30s environ. Activez ce point qui n'est autre qu'un chakra secondaire du chakra du cœur. Pour ce faire, FOCALISEZ votre Attention de toutes vos forces (pour l'instant en décrivant des petits cercles sur ce point avec le majeur ou juste avec votre Intention si vous le pouvez).
- 9- Puis, faites une parabole dans l'espace en direction de la paume de votre main gauche et prêtant attention au fait que vous passez du côté masculin au côté féminin. Une sorte de frémissement et de modification subtile de votre énergie peu se faire sentir.



- 10- Restez sur le point au centre de la paume de la main gauche 30s environ. Et **activez ce point** qui n'est autre que l'autre chakra secondaire du chakra du cœur. Pour ce faire, FOCALISEZ votre Attention de toutes vos forces (pour l'instant en décrivant des petits cercles sur ce point avec le majeur **de la main droite** ou juste avec votre Intention si vous le pouvez).
- 11- Maintenant, il est temps de remonter. Toujours du bout du doigt, effleurez la peau de l'intérieur de la main gauche vers le poignet. Puis, venez sur le côté de l'avant-bras et commencez à remonter lentement vers le coude.
- 12- Passez le coude et remonter lentement sur le côté du bras vers l'épaule gauche. Continuez à **validez la présence de votre attention** avec vos ressentis sous la peau tout au long du circuit.
- 13- Passez lentement sur l'épaule gauche en tirant une ligne vers la clavicule gauche. Ressentez bien les sensations légères d'effleurement sur la peau.
- 14- Quand vous êtes arrivé à la clavicule, remontez le long du cou vers la mâchoire inférieure gauche. Puis, le long de la joue gauche vers la tempe.
- 15- Passez la tempe gauche et bifurquez au-dessus de l'arcade gauche bien lentement. Restez présent aux sensations ressenties.
- 16- Puis rejoignez le 3^{ème} Œil et restez à nouveau sur ce chakra 30s à une minute afin de bien l'activer (sensations de chaleur et élargissement du point activé).

Félicitations ! Vous avez fait votre premier tour en étant bien concentré, c'est-à-dire avec votre Attention bien focalisée.

À présent, vous êtes prêt pour faire l'exercice pour de bon ; on quitte la phase d'initiation pour passer à la pratique réelle. Cette fois-ci, vous allez refaire exactement le même circuit, toujours aussi lentement et de manière dynamique. C'est-à-dire sans s'arrêter même **si vous perdez le contact avec la boule** d'énergie.

En effet, ce n'est plus avec votre doigt que vous allez effectuer le circuit mais avec **une « petite boule d'énergie »** faite de la focalisation de votre Attention.

Notez que si votre Attention est bien focalisée, les sensations seront quasiment les mêmes.

Le Cadeau (le vrai)

À présent, vous entrez concrètement dans un **travail énergétique** extrêmement subtil. Vous avez de la chance car bien au-delà du simple exercice, vous allez commencer à réaliser votre propre guérison. Car en accomplissant ces circuits (d'autres vous seront révélés un peu plus loin), vous allez guérir d'anciennes blessures sans même avoir besoin de vous y confronter consciemment (bien que cela puisse arriver).

Perdre la boule

En effectuant le circuit, il se peut bien que sur une portion du circuit vous perdiez le contact avec la boule d'énergie de votre Attention. Cela indique que vous êtes en train de passer sur une **rupture du contact** entre votre corps éthérique interne **[éther de Lumière]** et votre corps éthérique externe (**éther de vie de tous les jours**).

Cette rupture est le résultat d'une blessure (émotionnelle) non traitée. Et la magie de cet exercice (qui est donc beaucoup plus que cela) est qu'au fur et à mesure des répétitions du circuit, vous allez opérer de la **chirurgie sacrée** en venant « recoudre » la rupture et guérir cette ancienne blessure une bonne fois pour toute. C'est un cadeau car souvent, ces blessures sont si profondément refoulées (enfouies dans le corps) qu'il est presque impossible d'y avoir accès. On est dans le monde de l'**énergie chargée d'informations** dont nous savons bien peu de choses en réalité !

Avant de commencer, souvenez-vous que l'énergie de votre Attention est la même que celle qui forme vos pensées. Et cela a une grande incidence dans votre vie car **les pensées accaparent cette énergie** avec force, vous privant du même coup de votre attention. On entend souvent dire « Ah, je n'ai pas fait attention, je pensais à autre chose... ».

Dans le vif du sujet – L'exercice #1

- 1- Commencez par **vous ancrer** (ou vous réancrer).
- 2- Amener l'énergie de votre Attention sur le 3^{ème} Œil (sans utiliser votre doigt). Et restez bien concentré sur ce point en y focalisant votre Attention le plus possible. Vous pouvez vous **aider de votre respiration** et imaginer que vous soufflez de l'air chaud qui amène votre énergie sur le 3^{ème} Œil. De cette manière, vous commencez à **constituer une petite boule d'énergie** de la taille d'une bille. C'est la focalisation qui maintiendra cette petite bille qui semblera s'évaporer **si votre Attention se relâche**. Cela peut chatouiller légèrement et permet d'amener de plus en plus d'énergie sur ce point qui se met à devenir de plus en plus large avec une sensation de chaleur croissante qui valide la présence d'une certaine quantité d'énergie (de votre Attention).
- 3- À présent, commencez à faire glisser délicatement - toujours à fleur de peau - la boule d'énergie sur le front au-dessus de l'arcade sourcilière droite, très lentement.
- 4- Puis, descendez sur la tempe droite toujours bien lentement et en observant les perceptions ressenties sous la peau avec votre Attention.
- 5- Glissez verticalement le long de la joue jusqu'à la mâchoire inférieure droite... et descendez lentement le long du cou vers la clavicule droite.
- 6- Maintenant, sans vous arrêter, tirez une ligne horizontale à fleur de peau jusqu'à l'épaule droite en prenant le temps d'aller lentement pour bien ressentir ce qui se passe sous la peau. Là encore, vous pouvez vous aider de votre respiration et tenter de pousser la boule avec l'expire comme si vous veniez (mentalement) souffler sur la boule pour la faire avancer.
- 7- Puis continuez à descendre sur le côté du bras droit vers le coude. Et glissez lentement à fleur de peau sur le côté de l'avant-bras vers le poignet. Rejoignez l'intérieur du poignet et venez au centre de la

paume de la main droite. – Temps écoulé depuis le début : une minute à 1'30. **Ne traînez pas, ne vous arrêtez pas** (sauf sur les points).

- 8- À présent, restez sur le point au centre de la paume de la main droite 30s environ. Activez ce point qui n'est autre qu'un chakra secondaire du chakra du cœur. FOCALISEZ votre Attention de votre mieux pour renforcer la boule d'énergie.
- 9- Puis, faites une parabole dans l'espace en direction de la paume de votre main gauche et prêtant attention au fait que vous passez du côté masculin au côté féminin (frémissement)...
- 10- Restez sur le point au centre de la paume de la main gauche 30s environ. Et **activez ce point** (qui n'est autre que l'autre chakra secondaire du chakra du cœur). Là encore, FOCALISEZ votre Attention du mieux que vous pouvez, toujours pour renforcer la boule d'énergie à fleur de peau.
- 11- Maintenant, il est temps de remonter. Toujours avec la petite boule, effleurez la peau de l'intérieur de la main gauche vers le poignet. Puis, venez sur le côté de l'avant-bras et commencez à remonter lentement vers le coude.
- 12- Passez le coude et remonter lentement sur le côté du bras vers l'épaule gauche. Continuez à **validez la présence de votre attention** avec vos ressentis sous la peau tout au long du circuit.
- 13- Passez lentement sur l'épaule gauche en tirant une ligne vers la clavicule gauche. Ressentez bien les sensations légères d'effleurement sur la peau.
- 14- Quand vous êtes arrivé à la clavicule, remontez le long du cou vers la mâchoire inférieure gauche. Puis, le long de la joue gauche vers la tempe. **On ne s'arrête pas en chemin même si on perd le contact.**
- 15- Passez la tempe gauche et bifurquez au-dessus de l'arcade gauche bien lentement. Restez bien présent aux sensations ressenties.
- 16- Puis rejoignez le 3^{ème} Œil et restez à nouveau sur ce chakra 30s à une minute afin de bien l'activer (sensations de chaleur et élargissement du point activé).
- 17- Refaites le circuit une seconde fois, exactement de la même manière.

Bravo ! Nous savons que ce n'est pas facile mais vous l'avez fait, super !

Recommandation : le mieux est de bien vous familiariser avec le circuit et de bien enregistrer les sensations avec la phase d'initiation. Refaites-la

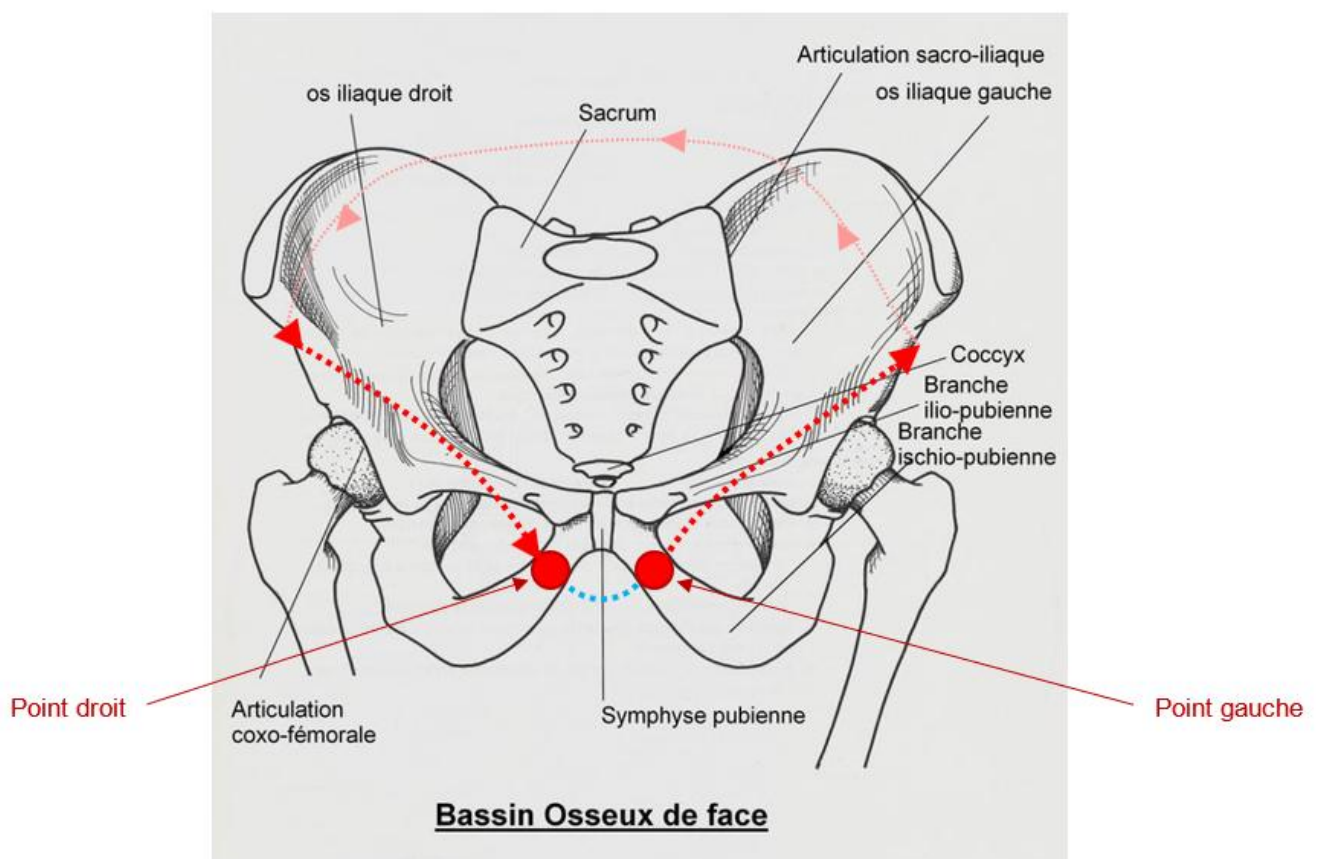
autant de fois qu'il faudra pour bien intégrer le processus complet. Et seulement ensuite, vous pourrez vous attaquer à l'exercice lui-même.

Bonne nouvelle pour vous, voici un nouveau circuit. C'est une opportunité car non seulement vous allez enrichir votre capacité à focaliser votre Attention mais en plus c'est un soin de guérison « ultra » pour travailler sur la zone du 2^{ème} chakra, une aubaine en somme :)

POP – Points de l'Os Pubien

L'os pubique (ou pubien) présente une arche sur sa face avant (voir schéma ci-dessous) avec en son centre une articulation qui relie les deux os du bassin, appelée « Symphyse pubienne ».

Note : par extension le terme symphyse pubienne désigne souvent une inflammation de cette articulation dont souffrent certaines femmes durant la grossesse.



Nous allons considérer 2 points de chaque côté de la symphyse tels qu'ils sont représentés sur le schéma.

Circuit POP

Ce circuit démarre sur le point gauche puis il part vers l'arrière en passant par l'aine, la hanche gauche puis au-dessus des fesses. Il se poursuit sur la hanche droite, revient à l'aine droite et aboutit au point droit. Ensuite, on passe dans l'air du point droit au point gauche avant d'effectuer le second tour.

POP - L'exercice #2

La première fois, avant de commencer, allez repérer le point droit et le point gauche avec le bout du doigt et massez-les 30s pour vous laisser le temps **d'enregistrer leur présence** et leur **emplacement** exact.

- 1- Commencez par **vous ancrer** (ou vous réancrer).
- 2- Amenez l'énergie de votre Attention sur le point gauche. Et restez bien concentré sur ce point en y focalisant votre Attention le plus possible. Vous pouvez vous **aider de votre respiration** et imaginer que vous soufflez de l'air chaud qui amène votre énergie sur ce point. De cette manière, vous commencez à **constituer votre petite boule d'énergie** de la taille d'une bille. C'est la focalisation qui maintiendra cette petite bille qui semblera s'évaporer **si votre Attention se relâche**. Il s'agit d'amener de plus en plus d'énergie sur ce point qui se met à devenir de plus en plus large avec une sensation de chaleur croissante qui valide la présence d'une bonne quantité d'énergie de votre Attention.
- 3- À présent, commencez à faire glisser délicatement la boule d'énergie à fleur de peau dans le pli de l'aine gauche vers le haut, très lentement.
- 4- Puis, passez bientôt sur l'os iliaque gauche pour arriver au-dessus des fesses, toujours bien lentement et en observant les perceptions sous la peau avec votre ressenti.
- 5- Glissez horizontalement au-dessus des fessiers... et commencez à descendre lentement vers l'os iliaque droit.

- 6- Puis continuez à descendre pour rejoindre l'aine droite. Et glissez lentement à fleur de peau pour atteindre le point droit. – Temps écoulé depuis le début : 1'30 à 2 minutes.
- 7- À présent, restez sur le point droit pendant 30s environ. Activez ce point le plus possible. Pour ce faire, FOCALISEZ votre Attention de toutes vos forces pour renforcer l'énergie sur ce point.
- 8- Puis, faites une parabole dans l'espace en direction du point gauche et prêtant attention au fait que vous passez du côté masculin au côté féminin. Une sorte de frémissement et de modification subtile de votre énergie peut se faire sentir.
- 9- Restez sur le point gauche 30s environ. Et **activez ce point** le plus possible en focalisant votre Attention pour renforcer la boule d'énergie en ce point.
- 10- Refaites le circuit une seconde fois, exactement de la même manière.

Bravo ! C'est un circuit délicat mais vous avez réussi, magnifique !

Remarque : tout au long de ces exercices, il est fréquent de ressentir des douleurs, des tensions, des sensations de chaleur ou de froid (frisson) dans différents endroits du corps qui semblent n'avoir aucun lien avec la localisation de la boule d'énergie de votre Attention. C'est tout à fait normal.

Et l'explication est que vous accomplissez un travail énergétique de guérison et qu'en le faisant vous ramenez des émotions de l'astral dans le corps. Et cela entraîne nécessairement des modifications et des transformations de votre énergie qui peuvent-être très profondes.

D'ici deux ou trois jours, vous verrez que les points s'activent beaucoup plus facilement. Vous avez réveillé des parties de votre corps endormies en y amenant l'énergie de votre Attention. En d'autres termes, on pourrait dire que vous avez pris ces zones en considération. Et cela aura une incidence majeure sur vos guérisons et sur votre évolution !

La guérison complète nécessite un travail sur les 4 plans ;
Compréhension – Conscience – Ressenti dans le corps – Lien
Spirituel

Les 3 Triangles d'Or, d'Argent ou de Cuivre

Toujours sur le même principe, voici 3 triangles destinés à travailler en profondeur sur soi pour opérer des guérisons de Lumière ! Ceci dit, une fois que vous aurez bien maîtrisé les exercices, vous pourrez tout à fait les utiliser pour accompagner un patient.

Préparation (lien corps / esprit)

Avant chaque exercice des triangles, bien refaire le lien entre le « point d'activation » et le point de l'ombilic. Sachant que le point d'activation se trouve sur le crâne à 5 doigts au-dessus de la jonction des sourcils (3 doigts au-dessus du 3^{ème} Œil).

1. Contactez le point d'activation (après l'avoir bien repéré au préalable) et restez sur ce point du crane pendant 30s environ. Activez ce point le plus possible. FOCALISEZ encore votre Attention en y mettant toute votre énergie pour renforcer la boule d'énergie sur ce point.
2. Et commencez à descendre verticalement par l'intérieur du crane. Rejoignez le point arrière du palais (à la frontière du palais dur et du palais mou à l'arrière de la cavité buccale).
3. Puis passez sur la langue (bouche fermée) pour atteindre le point derrière les incisives inférieures. Et descendez à travers la mâchoire inférieure jusqu'au chakra de la gorge situé dans le creux du cou au-dessus de la jonction des clavicules.
4. Continuez à descendre tout droit vers le nombril toujours bien lentement mais sans vous arrêter.
5. Il est fréquent de rencontrer des résistances au niveau du plexus et sur le ventre. Arrivé au nombril, restez au moins 30s bien concentré sur ce point en y focalisant votre Attention du mieux que vous pouvez.
6. Puis remontez par le même trajet jusqu'au point d'activation.
7. Refaites la descente / remontée plusieurs fois dans le sens d'être bien en contact avec le point sur la tête et le point du nombril.

Notez que dans cet exercice préparatoire (à l'inverse des autres), ce n'est pas le trajet de l'un à l'autre qui est le plus important.

Avec les exercices, on ramène les émotions de l'astral dans le corps avec les pensées associées pour pouvoir les transformer

A - Triangle Os Pubien / ombilic = « **Création** »

- En partant du point du nombril, descendre vers le point droit de l'os pubien puis passer au point gauche (dans l'air) et revenir au point de l'ombilic. Puis procédez au choix de la couleur et maintenez-la 1 à 2 minutes, c'est la guérison de Lumière.
1. Commencez par **vous ancrer** (ou vous réancrer).
 2. Amener l'énergie de votre Attention sur le point du nombril. Et restez au moins 30s bien concentré sur ce point en y focalisant votre Attention le plus possible. (Au début, massez ce point sous l'ombilic 30s pour vous aider à en prendre conscience). Vous pouvez aussi vous **aider de votre respiration**. Puis validez la présence de chaleur, signe d'une bonne quantité d'énergie de votre Attention.
 3. À présent, commencez à faire glisser délicatement la boule d'énergie à fleur de peau vers le point droit de l'os pubien (le même que dans l'exercice précédent).
 4. Restez sur le point droit pendant 30s environ. Activez ce point le plus possible. Pour ce faire, FOCALISEZ encore votre Attention du mieux que vous pouvez pour renforcer la boule d'énergie sur cette zone.
 5. Puis, faites la petite parabole dans l'espace en direction du point gauche de l'os pubien en prêtant bien attention au fait que vous passez du côté masculin au côté féminin. Ici aussi, une sorte de frémissement et de modification subtile de votre énergie peu se faire sentir.
 6. Restez sur ce point gauche 30s environ. Et **activez ce point** en focalisant votre Attention de votre mieux, toujours pour renforcer la boule d'énergie de votre attention.
 7. Glissez maintenant vers le haut pour rejoindre le point de l'ombilic. Et restez sur ce point 30s ou une minute pour bien l'activer en y focalisant de nouveau votre Attention.
 8. Refaites le circuit une seconde fois, exactement de la même manière.

Bravo ! Vous venez d'accomplir sans doute le travail le plus profond que vous n'ayez jamais fait sur la zone cruciale du Hara (2^{ème} chakra)... et ce n'est pas fini !

Guérison

Passons maintenant à la phase de guérison. Laissez l'intuition vous guider pour choisir une couleur parmi les 3 suivantes :

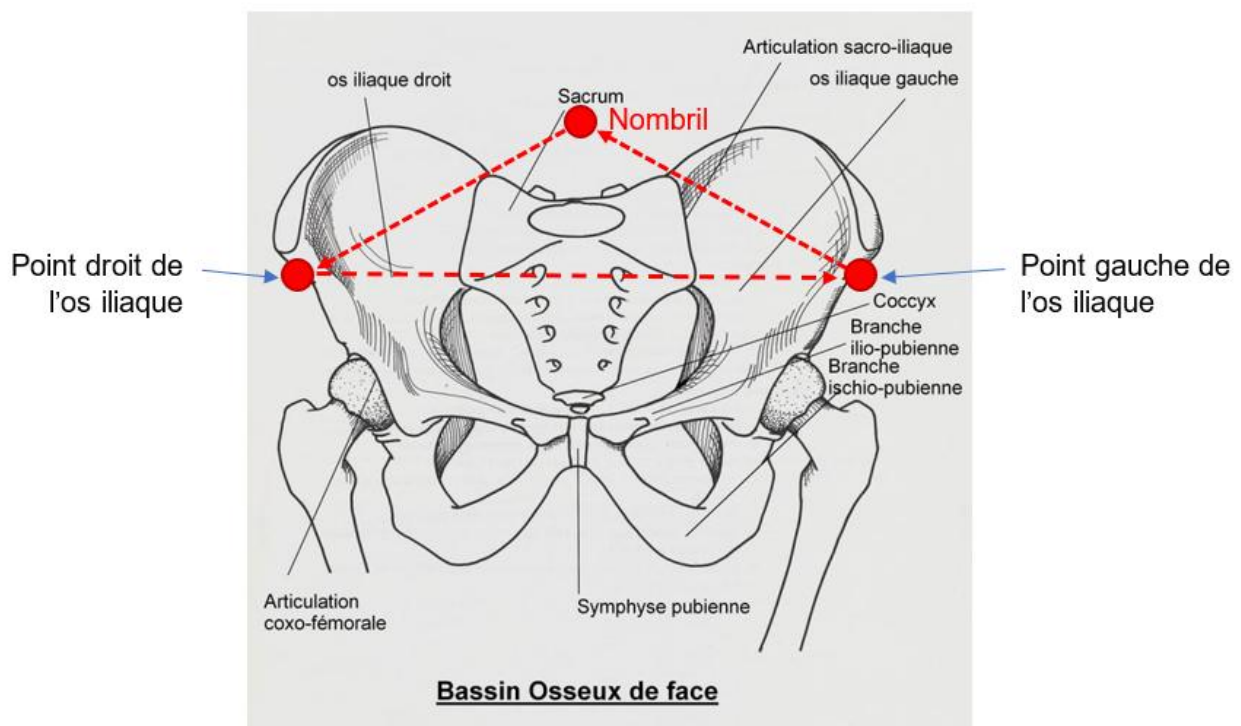
- **OR** = solaire
- **ARGENT** = lunaire - féminin
- **CUIVRE** = conducteur (connexion – liens...)

Puis recouvrez le triangle **de haut en bas** avec la couleur que vous avez choisie : c'est la guérison de Lumière !

>> Ensuite, restez 5 à 10 minutes dans le Ressenti...

* * * *

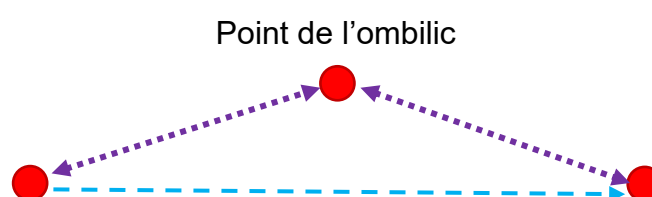
B - Triangle Os iliaque / ombilic = « Action »



- En partant du point du nombril, glissez vers le point droit de l'os iliaque puis avancer au point gauche de l'os iliaque à fleur de peau et revenez au point de l'ombilic.

Recommandation : Prenez le temps de bien repérer les points de l'os iliaque. Puis, massez les 30s l'un après l'autre pour les sensibiliser avant de démarrer le triangle.

1. Commencez par **vous ancrer** (ou vous réancrer).
2. Amenez l'énergie de votre Attention sur le point du nombril. Et restez au moins 30s bien concentré sur ce point en y focalisant votre Attention le plus possible. Vous pouvez vous **aider de votre respiration**. Validez la présence de chaleur, signe d'une bonne quantité d'énergie de votre Attention.
3. À présent, commencez à faire glisser délicatement la boule d'énergie à fleur de peau vers le point droit de l'os iliaque (référez-vous au schéma ci-dessus).
4. Restez sur le point droit pendant 30s environ. Activez ce point le plus possible. Pour ce faire, FOCALISEZ encore votre Attention de toutes vos forces pour renforcer la boule d'énergie sur cette zone.
5. Puis, faites avancer la boule d'énergie de votre Attention lentement en direction du point gauche de l'os iliaque à fleur de peau du bas ventre.
6. Restez sur ce point gauche 30s environ. Et **activez ce point** en focalisant votre Attention de votre mieux, toujours pour renforcer la boule d'énergie de votre attention.
7. Glissez maintenant vers le haut pour rejoindre le point de l'ombilic. Et restez sur ce point 30s ou une minute pour bien l'activer en y focalisant de nouveau votre Attention.
8. Refaire le lien entre le point de la tête et l'ombilic plusieurs fois. Puis, une fois revenu à l'ombilic, vous pouvez refaire plusieurs fois le trajet du triangle et des 2 côtés à la fois en aller / retour :



Guérison

Passons maintenant à la phase de guérison. Laissez l'intuition vous guider pour choisir une couleur parmi les 3 suivantes :

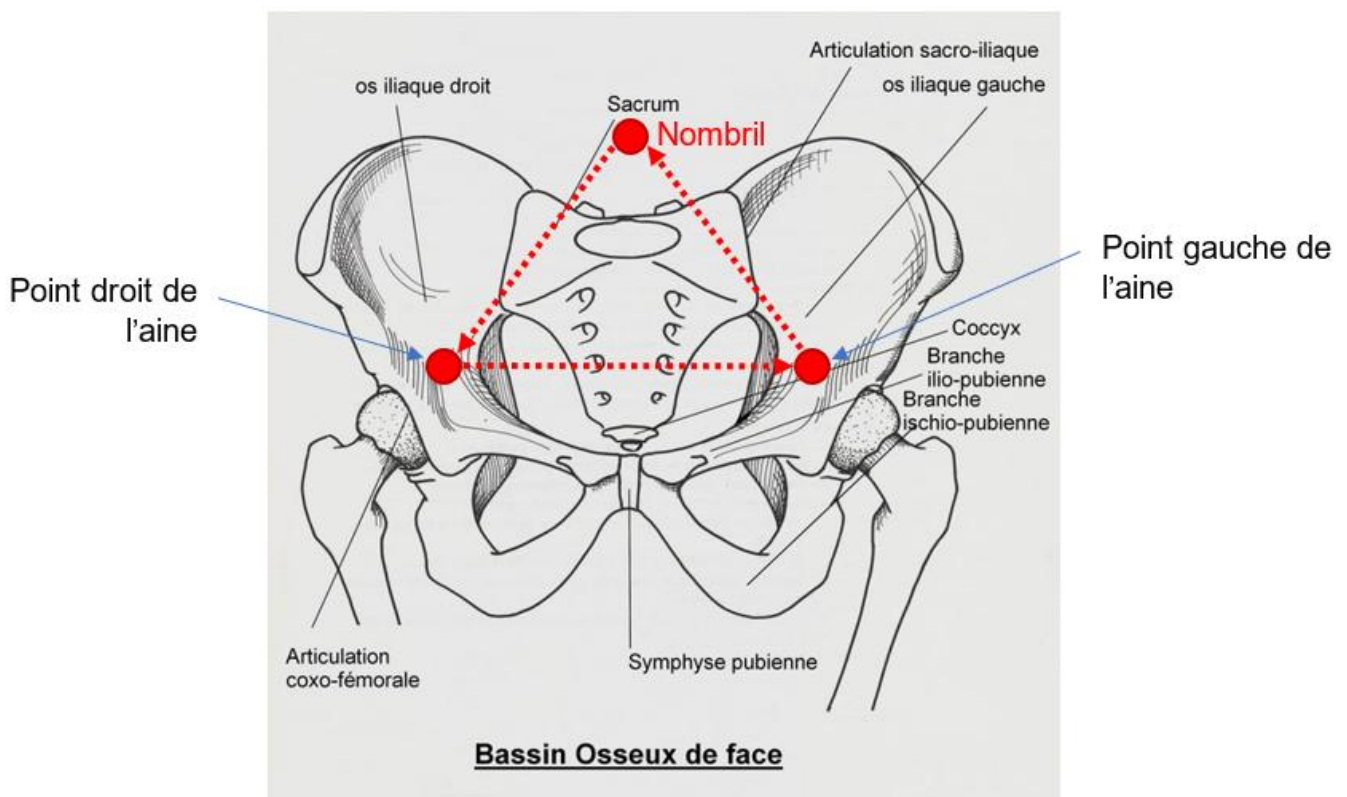
- **OR** = solaire
- **ARGENT** = lunaire - féminin
- **CUIVRE** = conducteur (lien)

Puis recouvrez le triangle de haut en bas avec la couleur que vous avez choisie : c'est la guérison de Lumière !

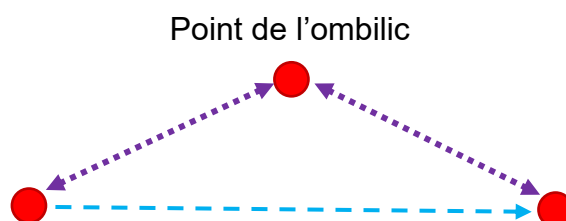
>> Ensuite, restez 5 à 10 minutes dans le Ressenti...

* * * *

C - Triangle points de l'aîne / ombilic = « Harmonisation »



- En partant du point du nombril, glissez vers le point droit de l'aine puis avancer au point gauche de l'aine à fleur de peau et revenez au point de l'ombilic.
1. Commencez par **vous ancrer** (ou vous réancrer).
 2. Amenez l'énergie de votre Attention sur le point du nombril. Et restez au moins 30s bien concentré sur ce point en y focalisant votre Attention le plus possible. Vous pouvez vous **aider de votre respiration**. Validez la présence de chaleur, signe d'une bonne quantité d'énergie de votre Attention.
 3. À présent, commencez à faire glisser délicatement la boule d'énergie à fleur de peau vers le point droit de l'aine (référez-vous au schéma ci-dessus).
 4. Restez sur le point droit pendant 30s environ. Activez ce point le plus possible. FOCALISEZ encore votre Attention au maximum pour renforcer la boule d'énergie sur cette zone.
 5. Puis, faites avancer la boule d'énergie de votre Attention lentement en direction du point gauche de l'aine à fleur de peau du bas ventre.
 6. Restez sur ce point gauche 30s environ. Et **activez ce point** en focalisant votre Attention de votre mieux, toujours pour renforcer la boule d'énergie de votre attention.
 7. Glissez maintenant vers le haut pour rejoindre le point de l'ombilic. Et restez sur ce point 30s ou une minute pour bien l'activer en y focalisant de nouveau votre Attention.
 8. Refaire le lien entre le point de la tête et l'ombilic plusieurs fois. Puis, une fois revenu à l'ombilic, vous pouvez refaire plusieurs fois le trajet du triangle et des 2 côtés à la fois en aller / retour :



Guérison

Passons maintenant à la phase de guérison. Laissez l'intuition vous guider pour choisir une couleur parmi les 3 suivantes :

- **OR** = solaire
- **ARGENT** = lunaire - féminin
- **CUIVRE** = conducteur (lien)

Puis recouvrez le triangle de haut en bas avec la couleur que vous avez choisie : c'est la guérison de Lumière !

>> Ensuite, restez 5 à 10 minutes dans le Ressenti...



5. Développer son Ressenti

Ce travail vous permettra de percevoir de mieux en mieux les énergies subtiles en vous-même et autour de vous (corps éthérique). Et le plus intéressant est que vous deviendrez bien plus proche de vos patients avec des perceptions extrasensorielles très propices à l'accompagnement.

Et puisqu'il est question de « ressenti » dans ce chapitre, il est important de bien **faire la différence entre intuition** et ressenti ou perceptions ressenties. L'intuition vous apporte des impulsions de l'ordre de la pensée, d'une image ou d'un symbole. Tandis que le ressenti peut vous apporter la perception d'une image tri-dimensionnelle d'un endroit dans l'aura sur lequel travailler par exemple, ou d'une qualité d'énergie observée. Mais aussi de tout le reste des phénomènes énergétiques et subtils des niveaux supérieurs comme le trans-personnel.

Dans le chapitre précédent sur la focalisation de l'attention, vous avez rencontré de très sérieux exercices pour exercer votre ressenti. Et si nous avons commencé par aborder l'attention c'est qu'elle demeure une condition sine qua non pour travailler sur le ressenti. En effet, si vous ne prêtez pas attention à vos ressentis, vous n'aurez même pas conscience que vous avez ressenti quelque chose.

Commençons par un exercice très simple qui va vous aider à comprendre l'importance de l'attention pour traiter une information de ressenti.

Exercice 1 - Humer l'air

Quel que soit l'endroit où vous vous trouvez, fermez les yeux - cela vous aide à entrer en vous - et commencez à humer l'air...

- Quel odeur ou parfum sentez-vous ?
- Quelles sensations ressentez-vous ? (agréables, évocatrices...)
- Quelle image vous vient au contact de cette odeur ?

Voici 3 questions simples mais aviez-vous perçu ces odeurs avant de faire l'exercice ainsi que les images et les sensations éventuellement associées ? Certainement pas et pour cause, vos filtres de traitement des perceptions avaient spontanément éliminé des informations considérées comme inutiles ! Et c'est une bonne chose car nous recevons des tonnes

d'informations en permanence dont la plupart ne présentent pas d'intérêt immédiat.

Est-il besoin de préciser que dans le cadre d'une consultation, vous allez devoir enclencher le mode « Attention +++ », une sorte de pleine conscience en somme, tournée vers votre patient à travers sa façon de dire bonjour, sa voix, son regard, sa respiration, sa posture... Nous y reviendrons.

Bien que cela soit indispensable, il vous suffit pour ça d'observer, d'écouter, de sentir. Mais cela est le rôle de vos 5 sens (que nous appellerons VAKOG : Vision - Audition - Kinesthésique - Olfactif et Gustatif).

Lorsqu'on évoque le « ressenti », il ne s'agit pas seulement du kinesthésique (perception des mouvements du corps ou du toucher). La proprioception* entre également en ligne de compte.

*ou sensibilité profonde, désigne la perception de la position des différentes parties du corps, sans avoir recours à la vision.

Le « ressenti » pour le thérapeute est cette capacité à percevoir ce que ses sens ordinaires ne peuvent pas saisir. L'exemple le plus évident est la situation où vous arrivez dans un lieu et vous ressentez une sorte de malaise. Un peu comme si « quelque chose » venait de vous vider de votre énergie. Cela peut arriver face à une personne ou un animal également et pas seulement dans le sens négatif mais aussi dans le sens positif (sentiment de joie, sourire spontané, etc.).

Le ressenti est un talent qui se cultive et peut se développer, à l'instar de l'écriture, du langage ou de la marche (vos trois apprentissages les plus difficiles de votre vie). J'ai souvent entendu dire « Ah, moi, je n'ai aucun ressenti... ». En fait, dans la plupart des cas, il serait plus juste de dire « je n'ai pas réussi à focaliser mon attention pour prendre conscience de mes ressentis » ou encore « je n'étais pas du tout ancré » ou éventuellement : « je n'ai jamais développé cette capacité ». Et à vrai dire, tant que l'on n'en a pas vraiment besoin, à quoi bon ?

Mais en tant que thérapeute c'est probablement **votre faculté numéro UNE !** Comme pour l'écriture, la marche ou le langage certains sont plus doués que d'autres. Mais tout le monde peut développer son ressenti.

Puisque nous serons beaucoup amenés à parler de l'énergie dans cette Formation, pratiquons tout de suite un exercice de ressenti sur l'énergie.

Dans cet exercice, comme dans tous ceux que nous ferons, partez avec un œil et un esprit neuf. Quoiqu'aient pu dire ou écrire Pierre, Paul ou Jacques, restez dans l'expérience, vierge de tout « savoir » et d'idées préconçues surtout quand elles ne vous appartiennent pas !

Exercice 2 - La boule d'énergie

Prenez le temps de procéder à un ancrage rapide.

1. Frottez les paumes de vos mains l'une sur l'autre.
2. Puis écartez les bras d'un bon mètre.
3. Maintenant, fermer les yeux (intérieurisation) et commencer à rapprocher vos mains l'une de l'autre très lentement et focalisant votre attention sur les paumes de vos mains.
4. Rapprochez-les encore toujours lentement et bien à « l'écoute » des perceptions ressenties dans les paumes de vos mains.
5. Quand vous arrivez à peu près à la largeur du corps, vous devriez commencer à ressentir une résistance très subtile...
6. Puis quand vos mains sont proches l'une de l'autre comme si vous teniez un ballon entre vos mains, vous devriez ressentir une forme très légère éventuellement tiède entre vos mains qui ont un champ éthérique (électromagnétique) facilement palpable.

* * * *

Exercice 3 - Interaction

Choisissez un ou une partenaire, et refaites l'exercice 2 avec vos mains droites. Puis avec vos mains gauches.

* * * *

Exercice 4 - Ma main la plus sensible

Choisissez un partenaire et prenez un Tambour et un Bol Tibétain par binôme et attribuez-vous un rôle, l'un sera le joueur de Tambour et l'autre le patient, à tour de rôle.

Version Tambour :

1. Mettez-vous debout face à face avec de l'espace autour de vous. Le joueur de Tambour tient son Tambour en face de lui et commence à jouer un rythme régulier.
2. Le patient écarte sa main droite à un bon mètre de l'arrière du Tambour et ferme les yeux. Puis il commence à rapprocher sa main très lentement bien à « l'écoute » des perceptions ressenties dans la paume de sa main droite.
3. Dès qu'il perçoit la vibration du Tambour dans la paume de sa main droite, il ouvre les yeux et repère la distance avec le Tambour.
4. Le patient refait ce test 2 ou 3 fois pour bien valider son ressenti.
5. Ensuite, il change de côté pour tester sa main gauche exactement de la même manière.
6. Puis comparez la distance pour savoir quelle est votre main la plus sensible.
7. Inversez les rôles.

Version Bol Tibétain :

1. Mettez-vous debout face à face avec un Bol Tibétain posé sur une table entre vous deux. Le patient approche ses mains du Bol (à 20 cm) un peu comme s'il s'apprêtait à le prendre à deux mains. Tandis que le joueur de Bol commence à frapper le Bol avec la mailloche de manière régulière.
2. Le patient commence à rapprocher sa main droite très lentement bien à « l'écoute » des perceptions ressenties dans la paume de sa main droite.
3. Dès qu'il perçoit clairement la vibration du Bol dans la paume de sa main droite, il ouvre les yeux et repère la distance avec le Tambour.
4. Le patient refait ce test 2 ou 3 fois pour bien valider son ressenti.
5. Ensuite, il change de côté pour tester sa main gauche exactement de la même manière.

6. Puis comparez la distance pour savoir quelle est votre main la plus sensible.
7. Inversez les rôles.

* * * *

Exercice 5 - L'Aura

Choisissez un ou une partenaire.

1. Mettez-vous debout face à face avec de l'espace autour de vous et attribuez-vous un rôle, l'un sera le thérapeute et l'autre le patient, à tour de rôle.
2. Avec sa main la plus sensible, le thérapeute va écarter le bras à au moins un mètre du corps du patient et venir lentement ramener sa main vers le corps du patient, bien à « l'écoute » des perceptions ressenties dans la paume de sa main jusqu'à percevoir la surface très légère du corps éthérique du patient.
3. Répétez l'opération 2 ou 3 fois pour valider votre premier ressenti.
4. Testez également avec l'autre main de la même manière.
5. Puis, échangez les rôles
6. Changez de partenaire et refaites l'exercice en entier. Comparez vos ressentis par rapport à la personne précédente car il est possible que les perceptions soient plus ou moins évidentes en fonction de l'énergie de la personne, de son ancrage et de sa Présence (densité d'incarnation).

Remarque : La Présence ou **densité d'incarnation** d'une personne est un renseignement précieux pour le thérapeute car cela donne déjà une bonne idée des problèmes que ce patient peut rencontrer dans sa vie.

En effet, une incarnation solide et une Présence dense indiquent que la personne est terre à terre. Il est probable cette personne soit tournée vers le côté matériel de la vie et vers les plaisirs de la chair et de la bonne chair. C'est sûrement une personne dans l'action et dans une énergie masculine assumée (homme ou femme). Ce sont souvent des personnes qui manquent d'imagination, il leur faut du concret, pas du rêve. De plus, il est presque sûr que leur développement spirituel n'ait pas encore commencé

(ce qui restreindra considérablement votre marge de manœuvre en tant que thérapeute).

À l'inverse, une personne avec une faible densité d'incarnation aura une Présence quasi inexistante. Elle aura bien du mal avec les réalités de ce monde et sera plutôt tournée vers les choses de l'esprit (spiritualité). Elle sera très peu intéressée par le côté matériel de la vie et peu versée dans les plaisirs de la chair et de la bonne chair qui vont si bien ensemble :) Elle sera plutôt méditative qu'active. Le rêve tient sans doute une place importante dans sa vie. Elle aura une imagination très riche et sera sûrement très sensible à l'art.

Dans cette remarque, on est déjà dans le domaine de l'énergie et de la psychologie mais il m'a semblé intéressant d'essayer de ressentir ces données en association avec les ressentis de la densité et de l'épaisseur du corps éthérique d'une personne. Toutefois, ce qui complique un peu les choses est le fait que bien des personnes sont un peu entre les 2 types de profil selon le contexte et ce qu'elles sont en train de vivre, amenant du noir dans le blanc et du blanc dans le noir (Yin & Yang) !

* * * *

Exercice 6 - Percevoir l'imperceptible

Cet exercice étonnant va vous montrer à quel point nos sens ordinaires sont superficiels et comment un sens peut nous aveugler en nous faisant louper des perceptions plus fines.

La vibration « par sympathie » d'un Tambour

- a. Un joueur de Tambour placé à 3 mètres en face de vous commence à jouer son Tambour.
- b. Ouvrez bien vos mains et orientez-les face au Tambour. Fermez les yeux. Focalisez votre Attention sur les paumes de vos mains en faisant le plus possible abstraction du son du Tambour. Percevez-vous la vibration ? ...Probablement pas car vous êtes trop loin.

- c. Maintenant, tenez un Tambour assez grand devant vous sans le jouer et orientez-le face au joueur de Tambour. Percevez-vous la vibration de votre Tambour qui vibre par « sympathie » avec l'autre ?

Les vibrations du chant

- a. Un chanteur placé à 3 mètres en face de vous commence à chanter.
- b. Ouvrez bien vos mains et orientez-les face au chanteur. Fermez les yeux. Focalisez votre Attention sur les paumes de vos mains en faisant le plus possible abstraction du son du chant et de la mélodie. Percevez-vous la vibration ? ... Probablement pas car vous êtes trop loin.
- c. Maintenant, tenez un ballon léger entre vos mains devant vous et orientez-le face au chanteur. Percevez-vous la vibration du ballon entre vos mains qui vibre par la voix du chanteur ? Cela signifie que des vibrations vous parviennent pourtant, sans le ballon vous ne les auriez pas ressenties.
- d. Prenez un temps d'intériorisation pour intégrer l'expérience.

* * * *

Exercice 7 - Expansion / Rétractation

- 1. Avec votre main sensible, cherchez la limite de votre propre corps éthérique. Refaites le test 2 ou 3 fois pour valider votre ressenti.
- 2. Maintenant, écoutez ce mantra « Prana Apana »...
- 3. Puis, retestez votre corps éthérique. Que s'est-il passé ? Il est presque sûr que votre corps éthérique a commencé à s'expanser.
- 4. À présent, pensez à la guerre en Ukraine, à la souffrance des civils femmes et enfants et aux conditions terribles qu'elles endurent...
- 5. Puis, retestez votre corps éthérique. Que s'est-il passé ? Il est probable que votre corps éthérique a commencé à se rétracter. Vous

percevez peut-être que la fréquence de votre énergie vient de chuter considérablement...

Remarque : ouvrons une courte parenthèse pour prendre conscience à quel point nos pensées toxiques détériorent presque instantanément notre énergie.

Réparons tout de suite cet état affaibli avec une courte méditation de visualisation.

Méditons sur la paix et la gratitude...

À l'issue de la méditation, retestez votre corps éthérique. Que s'est-il passé ? Constatez que votre corps éthérique s'est à nouveau expanser.

En conclusion, attention à quelles pensées vous laissez le champ libre dans votre esprit en sachant les effets délétères que certaines d'entre elles peuvent générer ! Nous reviendrons plus tard sur « l'écologie des consciences ».



6. Alliance thérapeutique

Travailler ensemble en Confiance

Le but de l'alliance thérapeutique est d'installer une relation de confiance indispensable avec le patient. Cela implique d'entrer en relation et donc de s'employer à rencontrer le patient sur un plan simplement humain avant même de penser à traiter le patient.

Un chapitre entier est dédié aux questions spécifiques qui viendront ensuite. Mais dans un premier temps, prenez le temps de créer une relation thérapeute / patient avec beaucoup de précautions.

Les Pièges

Les pièges dans lesquels de très (trop) nombreux thérapeutes tombent sont les suivants :

- **Devenir amis ou potes avec le patient !**
- **Créer une relation de dépendance !**
- **Se poser en sauveur** (triangle de Karpman)

En effet, créer une relation ne signifie pas devenir amis. Votre place est celle du guide qui marche aux côtés du patient pour travailler ensemble à sa guérison. Vous devez garder une certaine distance (émotionnelle) avec le patient.

Pour rendre l'idée plus concrète, pensez aux quatre murs de votre cabinet en ces termes ABES :

Accueil - Bienveillance - Écoute - Sécurité

Le mur qui comporte la porte d'entrée est : **Accueil**

Le mur proche de la table de massage est : **Sécurité**

Le mur proche de vous est : **Écoute**

Et le 4ème mur (étagère / décorations) est : **Bienveillance**

On pourrait voir le plafond comme un dôme de **Confiance**

Cela résume assez bien les 4 piliers pour commencer à construire une Alliance thérapeutique. La confiance qui est le but premier sera d'autant plus facile à gagner si le patient se sent en sécurité, dans le non-jugement et la confidentialité.

Les mots clés : Proximité émotionnelle - Réassurance

Une manière simple et sécurisante est de prendre les choses en main dès le départ en expliquant le déroulement de la séance, par exemple :

1. **L'Accueil** : « Bonjour Mme X, soyez la bienvenue. Je vous invite à vous asseoir. Puis-je vous offrir un verre d'eau. Voulez-vous un coussin supplémentaire... Les toilettes sont juste derrière le rideau si vous avez besoin avant qu'on commence » (mettre à l'aise)
2. **Échange rapide de banalités** (aborder des sujets périphériques) : « J'espère que vous avez trouvé facilement. Vous êtes venues en voitures ? » Etc. Évitez de parler de la pluie et du beau temps ou des actualités, la patiente est là pour que vous vous occupiez d'elle et pour parler d'elle, pas pour papoter !
3. **Incarnez le guide** : Il est rassurant pour la patiente de sentir que vous êtes sûre de vous et que vous prenez bien les choses en main. Pour ça, expliquez-lui clairement comment va se passer la séance (**sans parler de vos méthodes** de soin à moins qu'elle ait besoin d'en être informée). « Alors, si vous me le permettez, je vais commencer par vous poser quelques questions, ce qui me permettra de comprendre le problème et de voir comment nous allons le traiter. Ensuite, nous procéderons au soin lui-même. Après quoi nous aurons un petit temps de conclusion (débriefing). Sentez-vous libre de me poser toutes les questions qui vous viennent à l'esprit. Et sentez-vous parfaitement à l'aise car tout ce que vous me direz restera absolument confidentiel. Par ailleurs, je n'émetts jamais aucun jugement, je suis juste là pour vous *écouter* et pour vous accompagner. Quoiqu'il arrive, je suis là pour vous. Vous pouvez commencer à vous détendre - Est-ce que vous avez des questions avant que nous commencions ? ».

Sous-entendu, est-ce que vous avez bien compris. De cette manière, vous avez donné des repères clairs à votre patiente et vous avez installé un climat rassurant et bienveillant.

NB : Lorsque la personne est plus introvertie vous pouvez être amené à chercher et à trouver rapidement un ou plusieurs points communs. Par exemple, chiens / chats, voyages (vous êtes partie en vacances ?). Les enfants (moi j'en ai 3 trois...), nourriture (Vegan, bio...), etc.

Le secret : ne parlez pas (ou peu) de vous et encore moins des techniques que vous pourriez être amené à utiliser ! Arrangez-vous pour parler du patient (sans vous apitoyer) et en lui donnant des perspectives positives.

Veillez à rester neutre, sans prendre parti. Autorisez-vous à recadrer les paroles de la personnes bavardes sur le sujet de son problème !

Travaux pratiques :

Mettez-vous en trinômes, un thérapeute, un patient et un observateur qui prend des notes. Et exercez-vous à accueillir un patient. Pour finir, inversez les rôles afin que chacun occupe les 3 rôles.



7. Recentrage du corps éthérique

Une des premières choses à faire quand vous recevez un patient est de recentrer son corps éthérique, car il est fréquent que celui-ci se décale sensiblement du corps physique. Les causes sont multiples et bien difficiles à déterminer...

On entend parfois dire « tu marches à côté de tes pompes ». En simplifiant beaucoup les choses, c'est une image qui illustre bien ce qui se passe quand notre corps éthérique est déporté en arrière ou sur un côté (ou les deux).

Pour l'heure, nous nous contenterons de recentrer le corps éthérique du patient sur son corps physique. Soyez conscient que cet « avant soin » aidera le patient à se sentir pris en main et à s'immerger dans une ambiance enveloppante (thérapeutique). Il est toujours agréable de sentir que quelqu'un prend soin de vous.

La technique

Voici comment vous y prendre pour recentrer le corps éthérique qui devrait se répartir de façon à peu près égale et homogène autour du corps physique :

>> Commencez par vous ancrer si ce n'est pas déjà fait pour cette consultation (à refaire avant chaque consultation)

1. Placez-vous debout en face de la personne. Écartez grand les bras et venez chercher les limites de son corps éthérique à droite et à gauche (vous pouvez fermer les yeux pour mieux ressentir). Partez à un mètre du corps physique et rapprochez les mains doucement jusqu'à sentir la résistance subtile du corps éthérique qui est juste un peu plus dense que l'air. Refaites les geste 2 ou 3 fois pour vous assurer de bien sentir les limites du corps éthérique.
2. À partir de là, soit vos mains (en contact avec la limite du corps éthérique) sont à égale distance du corps physique à gauche et à droite. Soit, vous constatez qu'une de vos mains – donc le corps éthérique du patient – est décalée d'un côté ou de l'autre. Si vos mains sont à égale distance du corps, il n'y a rien à faire.
3. Si vous constatez un décalage latéral, imaginez que vous allez déplacer un édredon rempli de plumes extrêmement légères avec vos mains et que vous allez ainsi le recentrer sur le corps physique

du patient. Veillez à le faire sur toute la hauteur car il est fréquent que le corps éthérique soit décentrer au niveau inférieur du corps.

4. À présent, retestez le centrage du corps éthérique comme à la première étape.
5. Ensuite, venez vous placer sur le côté de la personne et testez le centrage avant / arrière du corps éthérique. Puis procédez exactement de la même manière pour rééquilibrer le corps éthérique sur l'avant et sur l'arrière y compris dans le bas du corps au niveau des jambes.

Remarque : Si vous constatez un important décalage du corps éthérique sur l'arrière, il est fréquent que cela indique que le patient est resté bloqué émotionnellement dans le passé (plus ou moins) récent. Vous devrez néanmoins valider cette hypothèse lors de l'étape des questions qui permettront de clairement identifier le problème.

* * * *

Exercice

Mettez-vous en binôme et pratiquez le recentrage du corps éthérique de votre partenaire à tour de rôle.



8. « Ce grand manque d'Amour »

Depuis la nuit des temps, les hommes (espèce humaine) ont cherché comment éviter le piège de l'amour. Parce que l'Amour rend vulnérable. En ouvrant les portes de son cœur, on prend le risque d'être gravement blessé.

Et puis, l'amour peut être considéré comme une faiblesse parce qu'il est générosité plutôt que profit. Il fait que l'être aimé est plus important que soi et l'ego déteste ça. L'Amour donne sans rien attendre en retour ce qui est la ruine du commerce « soyons raisonnables ! ».

Alors, pour de bon, y a-t-il une façon de se passer de l'Amour ? De faire autrement ? Sans s'occuper des autres (à qui il revient de s'occuper d'eux-mêmes, n'est-ce pas) ?

J'ai bien peur que la réponse soit sans appel. Mais voyons ce qu'il en est.

Bien que les 5 blessures évoquées avec brio par Lise Bourbeau constituent des repères très propices à l'exploration et à la compréhension des souffrances émotionnelles d'une personne, tous les patients que vous avez reçus, recevez ou recevrez souffrent tous de la même blessure.

Tous les patients que vous avez reçus, recevez ou recevrez souffrent tous de la même blessure, « Un Grand Manque d'Amour »

Cette blessure que j'appelle « Ce grand manque d'Amour »

Manque d'Amour donné ou reçu. L'impossibilité de donner de l'Amour, parce que cet amour ne peut ou ne veut pas être reçu est une partie de La blessure fondamentale.

De même que, ne pas avoir reçu d'Amour est LA blessure des blessures. Mais là où **les choses se compliquent**, c'est que « ce grand manque d'Amour » n'est pas toujours vécu dans la réalité. Il n'est pas rare qu'une personne ressente un grand manque d'Amour qui n'existe pas et n'a même jamais existé. Simplement, la personne **le ressent comme tel !**

Et c'est clairement le ressenti qui l'emporte sur la réalité

L'amour est ainsi fait que chaque personne a sa propre façon d'en donner et sa propre conception de la manière qu'elle attend qu'on lui en donne. Ces attentes préconçues sont le poison de l'Amour. Et ce qui est tragique est que parfois la personne à qui est adressé l'Amour, ne peut pas le recevoir car sa conception de donner de l'Amour est radicalement différente, en tout cas, les attentes diffèrent.

Je me souviens d'une personne qui disait « il n'y a pas d'amour, il n'y a que des preuves d'amour ! ». Et notre capacité à créer notre réalité est telle, que si vous êtes convaincu que l'amour n'existe pas, vous allez trouver des preuves que l'Amour n'existe pas. Malgré le fait que la personne en face de vous, vous aime vraiment ! **Nous rayonnons ce que nous pensons** avec conviction dans la durée... et nous le créons dans notre vie.

« Grand manque d'Amour » ou vécu comme tel !

C'est ce qui me fait dire « Grand manque d'Amour » ou **vécu comme tel !** Et cette dernière partie de la phrase est la seule à prendre en considération lorsqu'on accompagne quelqu'un.

On ne le dit pas souvent mais l'Amour est l'oxygène du cœur sa nourriture indispensable. Sans lui, le cœur s'arrête de battre et nous devenons des robots impitoyables et insensibles.

Vous n'imaginez pas le nombre de personnes qui ont découvert La stratégie infallible pour ne pas souffrir : fermer son cœur !

Cependant, le prix à payer pour maintenir cette protection est la blessure fondamentale du « Grand manque d'Amour ». C'est une suite de problème sans fin qui vont revêtir des formes très diverses (maladies, dépression, douleurs physiques, etc.).

Le rôle essentiel de l'Amour

On peut être en amour, c'est un état. Mais l'Amour est avant tout une énergie, **une énergie de transformation** ! C'est d'ailleurs son rôle primordial sacré. C'est toute l'histoire de l'alchimie dont le but est de transformer le plomb en or. Symboliquement transformer la matière vile en matière noble (ou un cœur sec en un cœur ardent).

Tout le mystère de l'alchimie reposait sur la poudre de pierre philosophale qui n'est autre que de l'amour transcendantal à caractère divin. On observe au passage que l'Amour est **une énergie qui vient des Cieux** (le ciel divin). C'est ce qui lui confère cette capacité magique de transformation ou de transmutation.

Et pour nous, en tant que thérapeute, au-delà de toutes les techniques de guérison que vous pourrez apprendre, la technique ultime reste l'Amour. L'Amour peut tout transformer si son **intensité**, sa **sincérité** et la **fréquence** avec laquelle il est donné sont suffisantes.

Notez bien que si l'amour le plus puissant est l'Amour divin, cependant **L'Amour le plus transcendant est l'amour donner à soi-même** (bien avant celui donner aux autres).

Aucune Guérison ne peut être complète et définitive tant que celui qui veut guérir ne parvient pas à s'aimer lui-même un tant soit peu !

C'est pourquoi un des rôles essentiels du thérapeute est de tout mettre en œuvre pour aider son patient à s'aimer lui-même en prenant conscience de sa propre valeur. Ce qui me fait dire :

« Aime-toi toi-même et tu connaîtras l'Univers et les Dieux » 😊



9. L'histoire de sa vie

Pour commencer ce chapitre, je vous invite à écrire l'histoire de votre vie (en une page) en évoquant les moments importants. Ce qui a vraiment compté et marqué votre vie.

Exercice d'écriture de l'histoire de sa vie... (15 minutes)

- Débriefing : on écoute plusieurs histoires...

N'est-il pas étonnant que chaque histoire de vie soit une tragédie ? Pourtant ce ne sont que des faits... mais pas seulement ! En effet, au moins deux raisons expliquent ce constat. La première est que notre esprit a **un goût immodéré pour la tragédie** (la tragédie grecque en est la preuve puisqu'elle a traversé les siècles). Et la deuxième, qui nous intéresse plus particulièrement, est que peu à peu et sans que l'on puisse s'en rendre compte, **nous nous identifions à ces tragédies** : « c'est ma vie » après tout.

Et cela entraîne tout un ensemble de conséquences délétères qui nous freinent, voire nous bloque carrément dans notre évolution. Or, on dit que dans la nature et dans l'univers, tout ce qui n'est pas en train d'évoluer est en train mourir ! Oups...

Les barrières

Pour le thérapeute, écouter l'histoire de vie de son patient permet de **comprendre les barrières que le patient a lui-même installé dans sa vie** à un moment donné (souvent pour se protéger). Mais ces barrières n'ont jamais été retirées même une fois le danger écarté.

Et il existe une loi de fonctionnement des êtres humains, à la fois effrayante et extraordinaire :

Votre vie n'est que le reflet de l'histoire que vous vous racontez qu'elle est !

Ce théorème est assez effrayant car si vous vous racontez que votre vie est une tragédie, alors votre vie est une tragédie. Et inconsciemment vous voudrez alimenter cette tragédie pour **confirmer l'histoire que vous vous racontez** et même la renforcer !

Mais la merveille est de trouver la force et le courage se servir de ce théorème pour l'appliquer exactement dans l'autre sens ; si ma vie est conforme à l'histoire que je me raconte, cela signifie que si je change mon (ancienne) histoire pour **un scénario brillant et lumineux**, alors ma vie devient brillante et lumineuse !

Je rappelle que « Votre vie n'est que le reflet de l'histoire que vous vous racontez qu'elle est ! »

Une aube nouvelle

C'est un processus très gratifiant pour le patient comme pour le thérapeute que de l'accompagner sur un chemin de reconstruction en écrivant un nouveau scénario de sa vie à venir. Si c'était idéal, ça serait comment ?

Et si l'on est bien conscient du chapitre précédent, nous avons un atout très précieux en invitant cette merveilleuse énergie de transformation qu'est l'Amour dans notre nouveau scénario et donc dans notre vie (et dans celle de votre patient le cas échéant).

Exercice de réécriture de l'histoire de sa vie... (20 minutes)

Un bon point de départ serait de se poser les questions fondamentales suivantes :

- En quoi ce que j'ai vécu m'a aidé à grandir (appris des choses) ?
- Et en quoi cela m'a amené à dépasser tant de difficultés pour me conduire à ce que je suis aujourd'hui ?
- Et finalement (pour l'avenir) si c'était idéal, ça serait comment ?

Débriefing : on écoute à nouveau plusieurs histoires...



10. Les pouvoirs de l'INTENTION

L'Intention est un outil déterminant pour le thérapeute. On entend souvent ces mots « avec une intention... poser une intention... » mais de quoi s'agit-il exactement ? C'est quoi au juste l'Intention ?

Définition

Pour vous en tant que thérapeute, l'Intention est une disposition d'esprit, une sorte de mouvement intérieur par lequel vous vous proposez consciemment et fermement de tout mettre en œuvre pour atteindre un but déterminé, indépendamment de sa réussite (qui n'est jamais sûre) et des conditions au moment du soin.

C'est un engagement total qui va monopoliser votre énergie vers un but donné (guérison) et accaparer TOUTE votre attention. Une fois encore, la focalisation de votre attention entre en jeu. Votre inspiration et votre intuition, vos pensées, votre volonté, votre énergie, votre attention, vos paroles et vos actions se mettent ensemble au service d'un but précis.

L'abandon de soi

Quand je parle d'engagement total, cela signifie que vous devez vous couper du monde extérieur aussi bien que de vos pensées intérieures. C'est un peu comme s'engager dans un grand toboggan tubulaire : une seule voie possible, avancer vers le but sans état d'âme, sans doute et sans vanité. Une seule direction. C'est clair et cela devient évident.

On pense parfois que le thérapeute doit **faire don de soi** dans sa pratique mais à mon sens, il s'agit plutôt de **l'abandon de soi**. On se met à exister dans l'instant sans passé sans futur, juste là et c'est TOUT. C'est-à-dire que cela va au-delà de la pensée altruiste, on est au service sans volonté personnelle ni interférence avec les mécanismes des guérisons qui s'accomplissent spontanément dès lors que vous avez su créer les conditions propices. Et la plupart du temps, c'est la seule fonction du thérapeute : **créer les conditions propices à l'activation des mécanismes de guérison innés de son patient.**

Dimension spirituelle sacrée

Dans certains cas, il y a même une dimension spirituelle sacrée dans l'Intention. Car dans la mesure où vous vous mettez au service de la vie, de l'Amour et de la lumière, **vous recevez de l'aide sous la forme d'une inspiration qui vient de l'Univers** et peut-être de vos guides ou des Êtres de Lumière. Cela appelle une authentique humilité et souvent la conscience que nous sommes bien peu de chose face à ce qui se joue sous nos yeux en présence de quelque chose de plus Grand que nous.

Faire le vide

Avec l'expérience, **on sait que cette aide va venir** et on est sûr de pouvoir compter dessus. De plus en plus, vous apprendrez à faire le vide pour accueillir cette aide avec confiance et sans douter de sa venue. Vous serez même amené à l'appeler.

Dans un avenir proche, **vous vous entendrez prononcer des phrases dont vous n'aviez aucune idée la seconde d'avant** (il est probable que cela vous est déjà arrivé). Alors, d'où vient cette inspiration souvent pertinente et juste si ce n'est de votre intuition (connexion à la connaissance universelle intérieure) et d'une inspiration (externe) venue des Êtres de Lumière ou de vos guides ?

Faire le vide, ouvrir un espace disponible libre de toute influence du monde ordinaire est un art qui se cultive. De nombreux musiciens savent « écouter le monde » et en saisir des vibrations mélodiques sublimes. Cette sorte d'écoute est une aptitude très intéressante pour le thérapeute car malgré toutes les formations (dont celle-ci) que vous pourrez suivre, chaque patient est une nouvelle énigme et aucun livre, aucune vidéo, aucun enseignant ne connaît la piste à suivre à l'avance. Tout est à découvrir même si dans le chapitre suivant nous donnerons quelques pistes, la forme et les circonstances sont toujours uniques.

Exercice : Faire le vide / écouter le monde

Il s'agit d'une sorte de méditation active où vous allez tenter de créer un espace libre, une terre vierge prête à accueillir la moindre étincelle de Lumière, le moindre signe d'Amour ou de manque d'Amour !

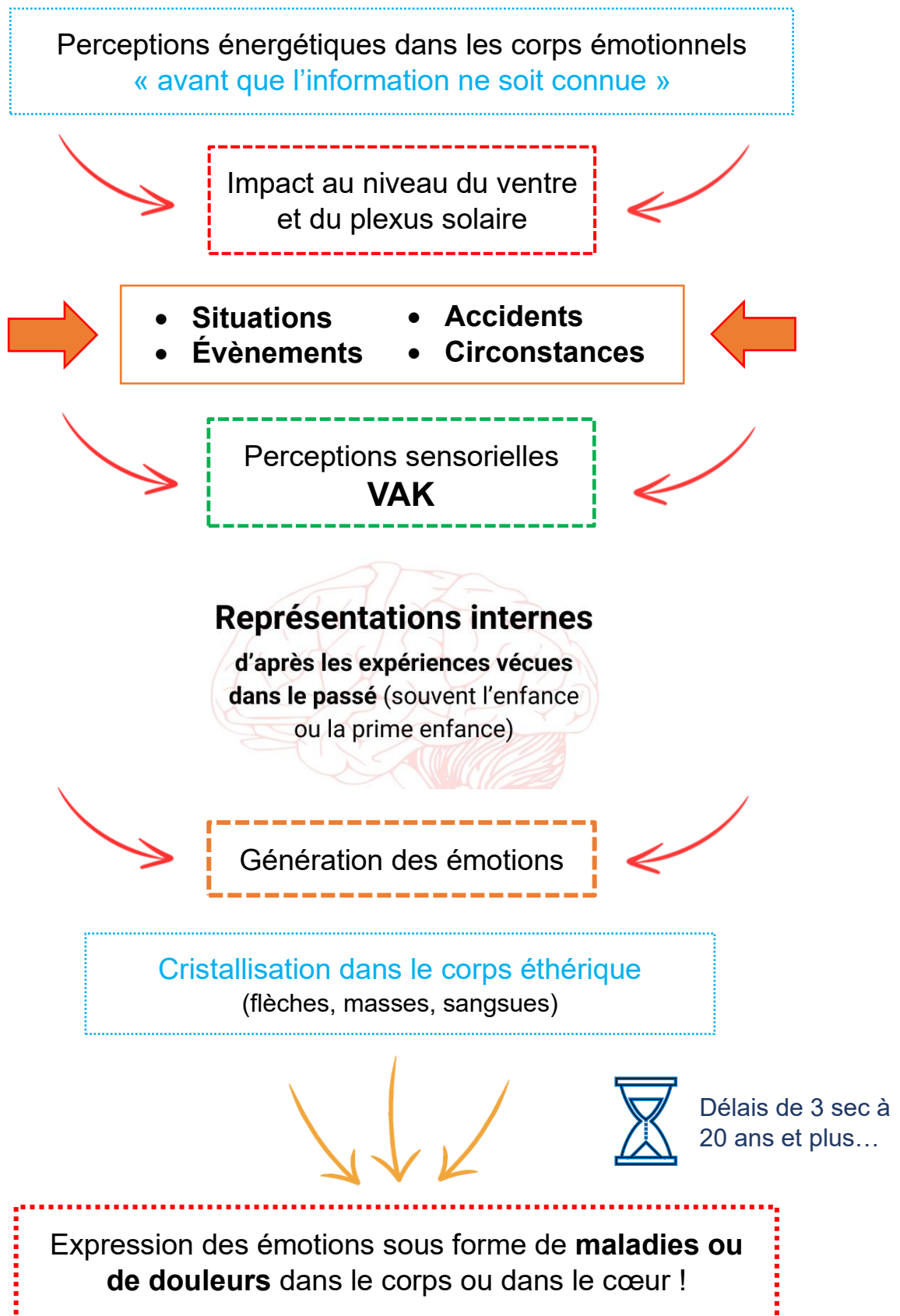
Vous aurez besoin d'une Intention claire et ferme pour ouvrir cet espace comme un ciel bleu pur sans nuage.



11. Mécanismes génératifs des maladies

Il existe un schéma universel de la manière dont surviennent les souffrances et les maladies en général. Cependant, même si ce schéma a le mérite de nous aider à nous représenter les choses, gardons toujours à l'esprit que chaque personne est unique. Cela signifie que les variantes de ce schéma sont infinies et que chaque patient doit être considéré comme un cas particulier unique. En se méfiant des conclusions hâtives que votre mental s'empressera de vous présenter avec son irrépressible tendance à généraliser les choses !

Le schéma



Décodage psycho-émotionnel

Ce schéma appelle quelques explications et commentaires. **En premier lieu**, est-il réellement possible que nous soyons capables par des perceptions extrasensorielles, de capter des événements parfois plusieurs jours avant qu'ils ne se produisent vraiment ? Comme vous le savez sans doute, la réponse est clairement positive même si ce potentiel est soumis à quelques conditions. La première est d'être connecté à la nature et à l'instant présent. C'est par exemple le cas, lorsque des animaux fuient par milliers, 2 jours avant un tremblement de terre qu'aucun sismographe n'a encore détecté. Une autre condition est d'être en relation proche avec le sujet concerné. C'est par exemple le cas, lorsque l'on ressent une boule au ventre 30 secondes avant un appel nous annonçant un décès. Par ailleurs, une certaine ouverture d'esprit vers l'éveil spirituel favorisera ce type de perception.

Quand elles apparaissent, ces perceptions sont captées par les corps (énergétiques) émotionnels et ne tardent pas à impacter le corps physique par le plexus solaire (qui est la porte d'entrée principale des énergies extérieures bonnes ou mauvaises) et sont très souvent ressenties au niveau du ventre (boule, maux, spasmes) quand il s'agit d'énergies ou d'informations négatives ou tragiques. Le diaphragme se verrouille très rapidement pour éviter que ces énergies ne remontent au cœur. On ressent alors une forte oppression (ou contraction) au niveau de l'estomac. Et seulement après, le mental reçoit les informations par le biais de nos perceptions sensorielles VAK (pour **V**isuelles - **A**uditives et **K**inesthésiques). C'est alors que selon notre vécu et notre histoire de vie, l'ensemble des informations perçues fait écho (ou non) à un traumatisme ancien (souvent issu de la prime enfance ou de l'enfance).

- Quoiqu'il arrive, en comparant ce qui se produit avec des événements déjà vécus et considérés comme similaires (bien qu'ils le soient rarement), **notre inconscient « évalue » la situation** en lui attribuant un certain pourcentage de danger, de péril, de tragédie ou de banalité. Et il en résulte les fameuses « **représentations internes** » qui sont le fruit de ce processus d'évaluation qui n'est que rarement rationnel. Et ceci pour deux raisons. D'abord, les émotions que les dangers et/ou les conséquences (dramatiques) présumés génèrent, vont souvent donner lieu à des spéculations dramatiques (qui semblent être une propension naturelle du cerveau humain). Mais surtout, dès que les événements viennent réactiver un traumatisme ancien, **toute logique disparaît** car ce sont les émotions (irrationnelles par essence) et les sensations attachées à ce traumatisme

qui prennent immédiatement le contrôle **sans que la personne n'en ait conscience**. C'est la raison pour laquelle, il n'est pas rare de voir une personne qui assiste à un événement qui ne la touche même pas directement, réagir avec une angoisse disproportionnée, une terreur incompréhensible, une colère intense ou une dépression profonde. Au grand désarroi de son entourage qui est bien loin de comprendre ce qui se joue dans le for intérieur de cette personne.

Il faut bien comprendre que **l'évènement récent est un déclencheur** qui ramène la personne dans l'une des expériences les plus sombres de sa vie exactement comme si elle était en train de la revivre avec la même intensité !

Cristallisation dans le corps éthérique

C'est dans les corps subtils que les émotions vont résider un certain temps. D'abord dans le corps émotionnel négatif qui est au contact du corps éthérique. C'est la raison pour laquelle, on retrouvera différentes distorsions dans le corps éthérique : Flèches, masses, vides, sangsues (traitées dans le chapitre sur les Soins énergétiques).

Prophylaxie

Il est important de prendre en compte le fait que cette étape est une aubaine pour le patient car le thérapeute pourra l'accompagner pour « intercepter » ces énergies toxiques AVANT qu'elles ne viennent impacter le corps physique. Donnant lieu à des maladies ou des douleurs dans le corps physique.

L'incertitude

- Combien de temps mettront ces énergies délétères pour impacter un organe, une articulation ou des tissus dans le corps ?

Je crois qu'il n'y a aucune règle à ce sujet. J'ai simplement pu constater que les maladies les plus graves (cancers, sclérose en plaque) ne se déclenchent qu'après des (dizaines) années. Tandis que de simples contrariétés vont s'exprimer en quelques heures, voire quelques minutes ou secondes parfois.

Notez que le cancer notamment, survient après des années de souffrances (blessures) du cœur comme une lente gestation.

Question de vie ou de mort

- Peut-on en tirer la conclusion que si ces blessures de cœur étaient traitées dans les mois qui suivent leur apparition, il nous serait possible d'éviter le déclenchement de la maladie ?

Personnellement, je le pense. Ce qui me fait dire qu'un **cœur blessé devrait toujours être pris au sérieux**. Pourtant le consensus tend à déclarer que « *ça passera... le temps efface les blessures...* ». C'est peut-être vrai au niveau mental mais j'ai d'énormes doutes que cela passe ainsi au niveau du cœur qui ressent. Ce cœur qui n'aurait besoin que d'un seul remède pour guérir (à temps), c'est tout simplement de l'AMOUR !

L'irrépressible expression des émotions

La maladie est une réponse désespérée du cerveau à une blessure émotionnelle non traitée (ou de manière incomplète) car

Toute blessure émotionnelle a besoin de s'exprimer ou d'être exprimée* !

Littéralement, être extériorisée de manière concrète (cris, pleurs, maladie, dépression, douleurs, arts), mise au dehors - **hors d'état de nuire**.

*Voire l'étonnante histoire de Jean dans l'étude de cas page 70

L'origine

Peut-être parce ce que nous sommes incarnés et sans doute parce que les douleurs émotionnelles sont une forme particulière d'énergie qui suit la loi de l'évolution (tout est en constante évolution), à un moment donné, tout se passe comme si cette énergie voulait prendre forme : Problèmes de peau, saturation de la vésicule biliaire en calculs, fibrome, mal de dos, torticolis, cystite, rhumatismes, et tout un panel de maladies. Même une entorse ou un accident qui semble aléatoire reste une forme de manifestation de quelque chose qui ne va pas en nous.

Le cancer quant à lui, intervient souvent après une longue période de souffrance (de Grand manque d'Amour) qui finit elle aussi par se manifester de manière concrète sous la forme de cellules mutantes.

En fin de compte, ce n'est pas tant ce que nous vivons, **que comment nous le vivons qui importe**. Ce sont les fameuses représentations internes (l'idée qu'on se fait des choses) qui vont être déterminantes avec d'inévitables répercussions d'abord dans les corps subtils émotionnels avant d'impacter le corps physique. Nous y reviendrons.

Dis-moi d'où tu viens / qui est-ce qui t'envoie ?

C'est un peu la question que l'on voudrait poser à une maladie ou à une douleur quand elles apparaissent. Mais voilà, il va falloir le découvrir par vous-même avec l'aide du patient, de votre intuition, de vos ressentis et de vos connaissances.

Alors, pour vous aider, nous allons tenter de dresser une liste et une chronologie des sources potentielles de maladies ou de maux.

Vie actuelle

On commence par des événements récents (dans les 2 ou 3 dernières années) qui sont capables de déclencher des blessures majeures.

Il existe **une blessure hors catégorie** qui concerne de très nombreuses personnes. Il s'agit de toute l'attention que l'on accorde aux « exigences » provenant de l'extérieur (parents, professeurs, copains/copines, employeurs, collègues, conjoint). Et cela **au détriment de l'attention accordée à ce qui compte le plus pour soi**.

L'unique cause de la dépression nerveuse (burnout) est le fait de s'être tellement éloigné voire coupé de soi-même et de ses valeurs, qu'à un moment donné, toute volonté vous abandonne et vous ne pouvez plus avancer. Vous allez perdre pieds et vous noyer... (perte de sens). Le seul VRAI remède consiste alors à **vous reconnecter à vos propres valeurs**, à ce qui est réellement important pour vous et à vous reconstruire sur la base de qui vous êtes vraiment en partant **des besoins et désirs qui viennent de l'intérieur** en inversant les proportions. D'abord, un maximum d'attention, de temps et d'énergie sont consacrés à ce qui compte vraiment pour vous à l'intérieur. Et ensuite, un minimum de temps et d'énergie sont accordés aux exigences en provenance de l'extérieur.

Blessures majeures

- Deuil
- Divorce / séparation / rupture
- Licenciement
- Faillite
- Échec professionnel
- Problèmes d'argent
- Accident

* * * *

Enfance

Il va de soi que l'enfance est une période très vulnérable et propice pour recevoir toutes sortes d'impacts émotionnels à commencer par un (grand) manque d'Amour ou vécu comme tel.

Il faut prendre en compte qu'un adulte frustré aura facilement tendance à déverser sa rage sur une proie facile sur laquelle il a autorité et donc sur ses propres enfants, voire sur ceux des autres dans certains cas (maîtres, maîtresses, prêtes, éducateurs, éducatrices, etc.).

Les blessures d'injustices ou vécues comme telle, ainsi que les blessures d'humiliations, de rejets, de trahisons, de séparation ou d'abandon sont

légion chez les enfants. Faites un simple retour en arrière sur votre propre enfance pour vous en convaincre.

Étude de cas : Moi aussi je veux être malade (issu de mes notes)

Ludovic, 10 ans vivait dans sa famille en compagnie de ses parents et de son petit frère Louis, 6 ans, atteint de la mucoviscidose. Le lit médical du petit malade était installé dans le salon afin qu'il reste en contact avec la vie familiale. Les grands-parents, les oncles et tantes, les cousins / cousines, les amis de la famille et même les voisins rendaient régulièrement visite au petit Louis. Quand la maman me consulta, elle était effondrée car il lui semblait que son fils aîné était en train de tomber malade. En l'écoutant parler, une sorte de pressentiment me fit lui demander la possibilité de venir consulter Ludovic, son aîné, à leur domicile, juste pour discuter un peu avec lui. Quand j'entrai dans la maison, je constatai que Ludovic n'était pas descendu de sa chambre. Je demandai la permission d'aller frapper à sa porte.

« Entrez » répondit-il immédiatement à mon « toc, toc ,toc ».

- Salut, je suis Pierre. Est-ce qu'on peut discuter un peu tous les deux ?
- *Si vous voulez*
- Waouh, on dirait que tu es fan de Starwars dis donc !
- *Ouais, j'aime bien*
- Moi, celui que je préfère, c'est Luke Skywlaker...
- *Moi, j'adore le Faucon Millenium*
- Oui, je vois ça... Alors, comment tu te sens mon grand ?
- *Je suis malade*
- Ah, désolé de l'entendre. Qu'est-ce que tu as ?
- *J'ai comme Louis*
- Ah c'est embêtant... et tu as du mal à respirer toi ?
- *Euh... non ça va. Je suis malade c'est tout*
- Ok, je comprends. Il fait très beau aujourd'hui, t'as pas envie d'aller jouer au foot ou de faire du vélo ?
- *Oh si, j'aimerais bien*
- Pourquoi tu n'y vas pas alors
- *Louis, il ne peut pas sortir*
- Oui, tu as raison. Et comment tu trouves ton frère toi ?
- *Ben, il tousse beaucoup et il ne peut pas trop manger mais il a plein de cadeaux aussi !*

- Et toi, tu n'en reçois pas ?
- *Ben, non mais c'est pas juste :(*
- C'est vrai mais pourquoi est-ce qu'il reçoit des cadeaux ?
- *Ben parce qu'il est malade*
- Oui, c'est vrai. Et pourquoi est-ce que toi tu n'en reçois pas ?
- *Ben parce que je suis pas malade*
- Et tu penses que si tu étais malade tu en recevrais toi aussi
- *Ben oui !*
- Est-ce que j'ai raison de pensé que tu as envie d'être malade pour recevoir des cadeaux et qu'on s'occupe de toi autant que de Louis ?
- *Ben oui*, répondit-il avec des larmes qui coulaient sur ses joues.

Il est assez facile de voir que Ludovic avait trouvé un bénéfice évident à être malade et commençait à déclencher des symptômes inquiétants qui risquaient fort de le rendre malade pour de bon. Le nouveau scénario envisagé par le jeune garçon était en train de faire basculer sa vie car **notre vie n'est que le reflet de l'histoire qu'on se raconte qu'elle est.** Et en intégrant la maladie dans le nouveau scénario, Ludovic était en train de créer sa maladie, servi généreusement par son cerveau qui s'occupait de mettre la réalité en conformité avec le nouveau programme !

* * * *

Adolescence

L'adolescence voit naître un florilège de nouveaux problèmes :

- Conscience de soi croissante => **jugement de soi**
- On se « cherche » (à travers des expériences diverses)
- Des **Complexes** apparaissent (apparence)
- Fortes influences des (mauvaises) **fréquentations**
- Premières **relations** (amour candide, blessures, ruptures...)
- Peur de l'**avenir** (faible estime de soi, peur de l'inconnu)
- Comparaisons (dévalorisation de soi)
- Sexualité (désirs, sensualité, tabous, frustrations) / peur de la sexualité / emprise judéo-chrétienne...



Nouveau-né et prime Enfance

C'est sans aucun doute la période la plus critique dans le sens où beaucoup de traumatismes sont venus impacter souvent profondément, cette terre vierge, fragile, sensible et crédule !

De plus, la prime enfance* est marquée par un besoin d'Amour intense qui s'accompagne d'un **besoin de sécurité**. Cela signifie que le regard de l'enfant depuis le tout début se porte sur maman et sur papa mais de manière différente.

* La prime enfance est la période allant de la naissance jusqu'à environ 36 mois.

Maman est sensée apporter les nourritures essentielles dont l'Amour inconditionnel. Mais aussi les nourritures terrestres à commencer par son lait maternel. Et dès que l'enfant percevra le moindre manque d'Amour, toutes les alarmes retentiront en lui sans que personne d'autre ne s'en aperçoive ! Alors, une fine analyse de ce que Maman apprécie va se mettre en marche afin d'adapter son comportement pour attirer le regard de sa Maman (au sens propre comme au sens figuré. Le fait que la mère regarde souvent son enfant dans les yeux sera déterminant par rapport à la confiance en soi et à la blessure de rejet dont nous reparlerons plus tard) et bien évidemment son Amour.

Mais attention, une fois encore, il convient que l'Amour de la mère **soit perçu par l'enfant**, ce qui ne va pas de soi. Un manque d'Amour ou un Amour non perçu (donc non reçu), va entraîner **des séquelles dramatiques** extrêmement profondes et durables.



Avertissement : les concepts évoqués dans les paragraphes suivants sont des faits et des observations dont la mère n'est en rien responsable et sur quoi elle n'a d'ailleurs quasiment aucun contrôle. Les « protocoles » en vigueur dans les hôpitaux, la privant de son intuition maternelle dans bien des cas ! Sans compter le fait que le mouvement actuel de l'émergence de

la femme ne simplifie pas les choses... Dans ce chapitre, nous évoquons simplement ce qui se passe dans la prime enfance bien au-delà de toutes considérations sociétales ou philosophiques.

* * * *

L'accueil inconditionnel

Une autre qualité attendue de la mère, est l'accueil inconditionnel. L'enfant aura besoin souvent de se réfugier dans celle qui est censé incarner son havre de paix et son nid d'Amour.

Dans notre société, il semble évident qu'une femme accouche et que son bébé soit mis dans un berceau et souvent séparé d'elle pour la nuit. Et très vite l'enfant dormira dans sa propre chambre. Cependant, il est important de comprendre que ceci est seulement le point de vue des adultes qui diverge beaucoup des besoins de l'enfant !!!

Car la façon de percevoir les choses pour l'enfant, est totalement différente ! Il faut prendre en compte et garder à l'esprit que l'enfant vient d'arriver de la Lumière et qu'il est venu s'incarner dans la matière dans le ventre de sa mère.

Ce nid d'Amour, de nourriture appropriée et à volonté restera intimement gravé de manière indélébile, dans chacune des cellules de l'enfant qui ont été créées précisément en ce lieu très particulier.

À ce propos, on oublie que la maman a besoin d'accoucher (on parle de délivrance) mais que **l'enfant a absolument besoin d'accoucher** lui aussi ! Entendez par là, qu'il est très important que l'enfant accouche par les voies naturelles car le chemin parcouru (la venue au monde) si court puisse-t-il sembler **est primordial**. Lors de ce passage physiquement délicat (voire difficile), **beaucoup de transformations s'accomplissent en secret** dans les quatre dimensions de l'enfant (physique, mentale, émotionnelle et spirituelle). En effet, l'enfant a lui-même pris part et aura mis énormément d'énergie pour sa venue au monde. **Dans l'inconscient profond, tout a commencé à s'intégrer de manière cohérente**. Ce qui, une fois encore participera grandement à l'équilibre émotionnel de l'enfant.

Dans les cas nécessaires de césarienne, il va de soi que la sécurité (voire la survie) de l'enfant comme de la mère priment sur ces considérations. Cependant, dans la grande majorité des cas, l'enfant issu d'une césarienne devra se faire aider (thérapeute / pédopsychiatre) pour intégrer tout ce qui n'a pas pu l'être puisque **son accouchement a lui, sa métamorphose* n'a pas eu lieu !** *Passage de la Lumière à la matière.

La Métamorphose

Pour illustrer ce propos, voici la merveilleuse histoire de la métamorphose de la chenille en papillon dont la dernière étape est souvent méconnue alors qu'elle est primordiale.

- Quand le temps est venu pour la chenille de poursuivre son évolution, elle se construit une chrysalide et s'enferme à l'intérieur afin d'accomplir sa métamorphose qui le fait passer d'être rampant inachevé, à cette forme si légère de papillon doté d'ailes pour voler. Ce rituel de métamorphose marque l'achèvement de l'évolution de ce petit être magique et charmant. Cependant, une étape est très souvent passée sous silence. Elle mérite pourtant d'être évoquée : En effet, lorsque la métamorphose est achevée, la chenille devenue papillon doit sortir de la chrysalide. Un orifice a été soigneusement prévu à cet effet au sommet de la chrysalide. Mais voici qu'une épreuve ultime attend notre papillon naissant ; le trou laissé au sommet de la chrysalide est trop petit pour laisser passer le papillon ! On pourrait penser que la nature est mal faite mais ce serait une grave erreur car cet obstacle fait partie d'un plan essentiel que l'on ignore.

Quand le papillon essaye de sortir, la tête passe ainsi qu'une partie de l'abdomen mais les ailes ne passent pas. Le papillon commence alors une lutte à mort pour s'extirper de sa prison. Et il va y mettre toutes ses forces. Et peu à peu, le haut des ailes va commencer à sortir. Les pauvres ailes sont terriblement compressées ainsi que l'abdomen du papillon qui donne tout ce qu'il peut dans ce combat pour la vie. Et petit à petit, les ailes passent par cet orifice étroit. Et c'est là que tout devient clair. Car grâce à la petitesse du trou de sortie et à la pression subie par l'abdomen, le sang vient irriguer les ailes qui peuvent enfin prendre vie. Car lorsqu'il arrive que la chrysalide explose sous la pression, les

ailles ne sont pas irriguées et le papillon tombe sur le sol, incapable de voler avec ses ailes sans vie pour y mourir dans les heures qui suivent.

À méditer.



Le Cerveau est sculpté par l'amour (Boris Cyrulnik)

Le cerveau est sculpté par l'amour. Cela signifie que si on élève un enfant dans l'amour filial, on hypertrophie (fait se développer) la zone de récompense du cerveau. Et donc, cet enfant-là va devenir un adolescent qui va tout interpréter de manière heureuse. Alors que si on maltraite ou insulte un enfant, si on le dévalorise, on va hypertrophier la zone de la punition. Alors, cet enfant-là va devenir un adolescent qui va tout interpréter comme un malheur !

Jouer, aimer, parler, gronder va entraîner le cerveau au bonheur en quelque sorte.

La blessure de séparation

La séparation pourrait (devrait) fort bien s'ajouter aux 5 blessures fondamentales qui empêchent l'évolution d'une personne. Mais la séparation qui nous intéresse ici est celle de la mère et de l'enfant. Comme évoqué précédemment, l'enfant naît et très vite, il dort dans sa propre chambre... pour des raisons pratiques (dont le repos de la mère qui est essentiel). Cependant, cela crée systématiquement une blessure de séparation. Car la séparation physique de la mère et de l'enfant devrait se faire beaucoup moins soudainement (pour ne pas dire brutalement). Mon ressenti est que le temps que l'on devrait prendre pour séparer l'enfant de la mère devrait être de 9 mois à deux voire trois ans. Période pendant laquelle l'enfant devrait être au contact du corps de maman, la très grande

partie de la journée et même de la nuit. Par chance, le père peut tout à fait participer à cela.

D'ailleurs, dans bien des cultures, comme en Afrique par exemple, la mère part travailler dans les champs en portant l'enfant sur son dos. Les enfants ne pleurent que lorsqu'ils ont faim !

Dans notre société, imposer cela à une mère passerait pour de la torture. Mais s'agit-il de torture ou de besoin naturel d'un nouveau-né ?

La sage-femme « coupable »

- Au début des années 2000, une sage-femme chargée de s'occuper des nouveau-nés prématurés, s'était aperçu que l'une d'entre elle allait de plus en plus mal, enchainant les complications sans parvenir à prendre du poids. Prise de compassion, une nuit, elle décida de sortir l'enfant de sa couveuse (ce qui lui était rigoureusement interdit) et de la tenir contre elle. Armée de sa seule intuition et de sa grande compassion, elle ouvrit son corsage et déshabilla l'enfant pour la tenir toute nue contre elle, peau contre peau. Et recommença cela des heures durant, nuit après nuit car elle observait des changements très positifs que les examens du pédiatre confirmaient. Tant et si bien que l'enfant fut sauvée. Mais les choses se compliquèrent quand on voulut savoir ce qui avait permis de sauver une enfant aussi mal en point que les médecins considéraient comme perdue. La sage-femme inspirée fut licenciée sur le champ pour faute grave ! Fort heureusement pour elle, l'histoire se termine bien. Car elle se démena pour faire valoir et faire connaître sa découverte et son expérience que seule une clinique en Colombie prit en considération en la nommant chef de son service de néonatalogie !

Pour info, sa technique consiste à mettre l'enfant prématuré 24h / 24 en peau à peau avec sa mère, son père et ses frères et sœurs (de plus de 10 ans). Les complications sont rares et les enfants prématurés survivent dans des pourcentages bien supérieurs à ceux obtenus avec les protocoles en vigueur dans les hôpitaux en France et dans les pays occidentaux !

Synthèse

Trois points sont à prendre en considération lorsqu'on explore la prime enfance d'un patient :

1. Les conditions de **naissance** : voies naturelles ou césarienne
2. Le taux de **contact physique** (câlins, tenue dans les bras, regards...) avec les parents (pas seulement la mère)
3. L'**allaitement** qui donne un prolongement beaucoup plus progressif entre la période intra-utérine et le début de l'autonomie (en plus de ses nombreux avantages).

En ce qui concerne **la blessure de séparation**, de rares personnes en guérissent par elles-mêmes mais le plus grand nombre en souffre tout au long de sa vie sans en avoir vraiment conscience. Et avec des répercussions majeures sur l'estime de soi et la confiance en soi. Laissant un sentiment vague de tristesse inexpliquée et une anxiété latente incompréhensible (tout au moins quand on ignore cette **blessure fondamentale de séparation**).

* * * *

La période intra-utérine

C'est un moment très sensible car le fœtus est étroitement connecté à la mère de toutes les façons possibles. Cela signifie que tout ce que la mère ressent durant la grossesse, l'enfant le ressent aussi puisqu'il s'agit d'une forme d'énergie finalement.

Il n'est pas rare que la mère se pose sérieusement la question de savoir si elle garde l'enfant ou non quand elle apprend qu'elle est enceinte. Et bien sûr cette question mérite d'être posée. Cependant, et surtout quand la mère passe par une phase prolongée où la balance penche en faveur de l'avortement, le fœtus ressent que la perspective de sa vie est remise en question et que finalement son existence peut être balayée d'un simple revers de la main d'un instant à l'autre, signe évident qu'elle a bien peu de valeur...

Attention, je n'ai jamais dit que cela correspondait aux sentiments de la mère ! Il s'agit des perceptions inconscientes du bébé, de sa réalité à lui. Inconsciente mais profondément marquantes !

En tant que thérapeute, il est important de se détacher de la réalité factuelle et de la logique. Et surtout, d'être capable de **se placer du point de vue du patient** qui diffère parfois grandement de la réalité. Sans cela, nous risquons de passer à côté de la cause réelle de la douleur ou de la souffrance.

Étude de cas : Luc, 17 ans

- Luc fut amené par sa mère à ma consultation. Ce garçon avait une attitude introvertie avec beaucoup de difficultés à s'incarner et à exprimer ses sentiments. Dans l'entretien préalable, sa mère s'était ouverte sur les tendances suicidaires de son fils et elle ne parvenait pas à en comprendre la cause puisqu'il était aimé de ses parents. Il était beau garçon avec des résultats scolaires satisfaisants. Mais la réalité était ailleurs... Après une conversation en tête à tête avec Luc, où j'avais recherché un évènement déclencheur, je ne trouvais rien de concluant. Alors, sous hypnose légère, nous sommes remontés à la période intra-utérine et là, que de visions sombres, d'angoisses et de détresse indicible !

Du coup, changement d'interlocuteur, c'est avec sa mère que le rendez-vous suivant a eu lieu. Et nous sommes également remontés à la période de son début de grossesse. Elle exprima clairement son hésitation énorme quant à garder l'enfant. Le père était parti à l'annonce de la grossesse... Et la perspective d'élever seule un enfant à 23 ans faisait reculer la mère face à tant de responsabilités qu'elle aurait dû affronter seule. Elle prit donc la décision d'avorter, c'était fait. Mais de manière inattendue, le père fit volte-face et revint en expliquant que s'il avait paniqué au départ, il était maintenant prêt à prendre ses responsabilités et à fonder une famille. Tout

ceci ressemble fort à une happy end, et pourtant... le fœtus avait ressenti si fort qu'il était rejeté, que sa personnalité avait basculé.

À travers ses mots, il avait exprimé le fait qu'il n'avait rien à faire ici parce qu'il ne s'était jamais senti accueilli, comme s'il n'avait pas sa place ici.

Sa vie ne valait rien, même pas d'être vécue. Et bien qu'il reçut de l'amour toute son enfance de la part de ses deux parents, rien n'y faisait. Et son 3^{ème} passage à l'acte lui fut fatal ! Pour cette âme, le fait d'être désirée avec intensité et sans hésitation **était la marque de l'amour**. L'accueillir « malgré tout » était un signe exactement contraire pour elle. Il fallut un travail long pour enlever une part de culpabilité à sa mère qui pourtant avait fait des choix justes et bien fondés.

Je veux avoir un garçon

On retrouve le même genre de difficultés dans 2 situations.

- 1- Il arrive (trop) souvent qu'**un enfant arrive sans être désiré**. C'est un peu le trouble-fête, l'élément gênant ! Comme Daniel qui faisait otite sur otite à 6 ans et qui souffrait le martyr tout seul dans son lit en s'abstenant d'appeler ses parents pour ne pas « déranger » ces derniers qui regardaient la télévision. Son père lui a aussi raconté que quand il avait 6 ans, il vomissait en voiture et que plus d'une fois, il l'avait sorti de la voiture en le penchant en avant et en lui tapant sur les fesses pendant que son fils vomissait tellement il était énervé et... dérangé ! Comment imaginé que cela ne laisse aucune trace ?
- 2- D'autre part, l'arrivée d'un enfant mâle peut fortement contrarier le désir profond de la mère ou du père d'avoir une fille ! Cela marquera cruellement l'existence tout entière de l'enfant qui se sentira perpétuellement « non conforme ». Il passera sa vie à tout faire pour qu'on l'aime « quand même ».

Pour nous autres thérapeutes, il est essentiel de traquer ce genre de circonstances qui vont « distordre » le chemin de vie d'un patient de manière indélébile. La seule thérapie envisageable dans de telles situations (qu'on ne peut pas changer), sera d'alléger la charge émotionnelle qui s'y attache, dans un premier temps. Puis **de reconstruire la personnalité du patient sur de nouvelles bases** (sorte

de nouveau départ) sans essayer de guérir le passé. On ne guérit pas un bras coupé, on apprend à vivre d'une manière différente (mais la plus heureuse possible) en se focalisant plutôt sur tout ce qu'on peut faire avec un seul bras et 2 jambes, en fidélité avec ses valeurs profondes.

On aidera à **faire émerger de nouvelles ressources** et à stimuler la créativité du patient pour l'accompagner à se créer une existence plaisante.

Pour ça, on s'efforcera de mettre en lumière les qualités souvent inexploitées (ou sous exploitées) du patient afin qu'il s'appuie sur sa richesse intérieure (ses talents naturels et ses valeurs) à défaut de capitaliser sur une enfance heureuse par exemple.

Malgré tout, cela sous-entend quand même que le patient a réussi à **opter pour l'attitude « agir » plutôt que « subir »**. Cela implique le fait que nous avons préalablement aidé le patient à **prendre la responsabilité** de sa vie plutôt que de déléguer cela au corps médical ou à qui veut bien gérer ça à sa place... Nous y reviendrons.

* * * *

Le Transgénérationnel

Après une série d'investigations, il arrive qu'on ne trouve la cause profonde et originelle du mal ni dans la vie d'adulte, ni dans l'adolescence ou l'enfance, ni dans la prime enfance ni même dans la période intra-utérine.

Dans ce cas, d'où vient cette souffrance que l'on recherche en vain ? Eh bien, il est fréquent que la cause originelle ne vienne pas directement du vécu du patient lui-même mais bien d'une blessure émotionnelle non résolue, transmise par un grand-parent, puisqu'il semble que ce type d'héritage se transmette en sautant une génération (ou pas).

Elle peut également (plus rarement) provenir d'un oncle ou d'une tante de la branche maternelle ou paternelle. Et à partir de là, de deux choses l'une, soit les protagonistes sont encore de ce monde, soit ils ont déjà rejoint le Ciel. Auquel cas, les choses se compliquent pour des raisons évidentes d'impossibilité de validation des hypothèses et de témoignages authentiques. Bien qu'il arrive parfois que votre mère (plus rarement votre père) puisse vous en dire un peu plus long sur la vie de votre grand-mère (ou grand-père), les secrets de famille et les non-dits entravent les révélations de bien précieuses informations.

En outre, le silence et l'opacité qui entourent tout ce qui concerne les incestes, les viols et les adultères sont très souvent scellés à jamais.

Y apporter un tant soit peu de Lumière offrira un nouvel élan à toute une lignée, Cela vaut la peine de s'y atteler ne serait-ce que pour rompre cette affreuse transmission à la descendance du patient.

C'est un fait vérifiable et facile à observer, pour de bien obscures raisons, il semble que nous ayons à régler ce que nos ancêtres proches n'ont pas réussi à guérir

Guérir une douleur transgénérationnelle

En l'absence d'informations claires et justes sur les circonstances et les événements qui ont affligé un grand parent et même dans le cas où vous avez accès à des informations précises, personnellement, j'opte presque toujours pour la solution courageuse qui consiste à endosser le challenge qui est proposé au patient, qui est de guérir et de régler la blessure émotionnelle non résolue.

Et puisque l'**Amour** est une énergie de transformation, nous allons faire appel à cette énergie ainsi qu'à la **Lumière** du Ciel (divin) et à un invité surprise, **le pardon** ! Le pardon libérateur. Et bien que chaque guérison de ce type soit unique, le schéma est à peu près le même à chaque fois (à quelques adaptations spécifiques près).

Pour que la description ne soit pas trop théorique, nous allons nous appuyer sur un exemple qui rendra les choses plus concrètes.

La Guérison

Le contexte : Imaginez que votre patiente s'accorde peu de valeur à elle-même. Et qu'après plusieurs séances, vous constatiez à quel point elle a un très mauvais contact avec son corps.

Et comme elle a honte de ce corps et peur de la sexualité.

Cela peut aller jusqu'à un dégoût de son propre sexe et de la sexualité en général. Elle considère que le sexe c'est sale et c'est mal, en tout cas c'est tabou (même de nos jours, ce n'est pas rare). Pourtant quand vous l'interrogez sur ses expériences sexuelles personnelles, les choses se sont plutôt bien passées si ce n'est cet affreux à priori qui a chaque fois terni son ressenti et saccage systématiquement ses relations. Et supposons que vous en veniez à soupçonner fortement ou peut-être à apprendre (parfois les secrets se dévoilent), que la grand-mère de votre patiente ait été violée par son père à plusieurs reprises.

Dans ce genre de situation, il convient d'une part de briser les liens qui unissent votre patiente et sa grand-mère. Non pas les liens affectifs mais uniquement ceux qui concernent les abus sexuels qu'elle a pu subir.

D'autre part, pour éviter des « fuites intempestives » et aussi par compassion, il est utile d'aller « nettoyer » les mémoires ancrées chez

votre patiente mais également d'aller **consoler le cœur blessé** et le corps salit de la grand-mère. Autant que possible, accorder **le pardon au père** de la grand-mère sera la meilleure des choses pour neutraliser l'ensemble des énergies négatives impactant toute la lignée.

Démonstration

Autant que possible, une démonstration sera faite sur l'un des membres de la Formation qui présente ce genre de problème.

* * * *

Étude de cas : La singulière histoire de Jean

Jean est né au début des années 30. Et en 1939, son père fut envoyé à la guerre. Moins de 3 semaines plus tard, il fut fait prisonnier et envoyé dans un camp en Allemagne. Heureusement, étant officier, il eut droit à des conditions supportables pendant ses 5 années de captivité. Son fils avait déjà 15 ans quand il rentra en France.

Les années passèrent et Jean à l'âge de 75 ans eut un comportement des plus étranges qui fut interprété comme de la démence pure et simple par les médecins qui n'avaient manifestement pas pris le temps de prendre l'être globale et son histoire en considération.

- Une nuit la femme de Jean qui dormait dans la chambre voisine entendit un vacarme alarmant. Elle se leva et se rendit dans la chambre de Jean d'où provenait ce fracas anormal. Et quelle ne fut pas sa surprise en voyant le lit de Jean redressé sur le côté avec Jean qui semblait se protéger derrière la barricade ainsi dressée ! Lorsque Jean aperçu sa femme, il hurla « sors de là, les chleuhs (soldats allemands) nous foutent sur la gueule !!! ». Et Jean s'emparait de tout ce qui lui tombait sous la main pour envoyer ces projectiles improvisés se fracasser sur le mur d'en face. Elle décida malgré tout de s'approcher de lui, soupçonnant à juste titre qu'il était en plein cauchemar. Il se réveilla et confirma qu'il faisait un terrible cauchemar. Et comme Jean souffrait d'un début d'Alzheimer, on conclut à une démence consécutive à la maladie. Fin de l'histoire... qui se répéta à plusieurs reprises amenant à placer Jean dans une maison de retraite médicalisée.

Avant de conclure, prenons le temps de comprendre ce qui s'était réellement joué dans cette singulière histoire, qui à la Lumière d'une compréhension plus vaste, va prendre une tout autre tournure.

Revenons aux 9 ans de Jean quand son père était parti à la guerre. L'enfant entendait la radio et lisait les nouvelles de la guerre dans le journal. Une lettre de son père, lui avait appris que son bataillon s'était replié sur une colline pour adopter une situation dominante d'où ils pouvaient mieux voir ce qui se passait alentours. Malheureusement, les Allemands avaient encerclé la colline en question et avaient fait prisonnier le bataillon tout entier. Mais ce jeune garçon qui n'avait pas de vidéo ou d'images à sa disposition, **créa son propre film de la scène** où le bataillon s'était certainement vu mourir sous les tirs nourris des soldats ennemis. Scène terrifiante s'il en est. **Le traumatisme** avait dû être très important et il avait profondément impacté l'esprit de Jean qui avait imaginé* - *littéralement mis en image* - la terrible scène. Et à l'âge de 75 ans, l'énergie traumatique contenue durant plus d'un demi-siècle venait enfin **de s'exprimer** ! Il est très probable que Jean a dû lutter toute sa vie pour vivre avec des troubles post traumatiques non traités.

Qui pourrait dire quel calvaire le jeune garçon, qui avait dit « bonjour Monsieur » quand il revit son père en 1945, avait enduré et le désordre émotionnel qu'il avait subi inconsciemment ?

Je dois avouer qu'il me fut bien difficile de rester insensible à cette histoire touchante pleine d'Amour, de manque et de ténèbres en même temps.

* Il est bon de noter qu'en l'absence d'informations précises, le cerveau va combler les vides avec des scénarii à tendance dramatique. Eh oui, notre cerveau semble avoir un goût immodéré pour la tragédie et le drame.

* * * *

Réminiscences de vies antérieures

Pour finir, voici une source potentielle de troubles et de douleurs dont l'origine n'a pas été trouvée ailleurs. À mon sens, cela reste une hypothèse excessivement difficile à vérifier qui n'en demeure pas moins

intéressante à prendre en considération (avec beaucoup de prudence malgré tout). Mais attention, j'ai eu plusieurs fois l'occasion d'entendre des histoires rocambolesques racontées par un « thérapeute » à son patient. Notamment une histoire en tout point similaire au scénario du film Braveheart avec Mel Gibson !

Cette histoire fantasmée, censée retracer la vie antérieure de mon patient l'avait profondément affecté et il fut très difficile de neutraliser l'impact émotionnel causé par de prétendus faits survenus dans sa vie antérieure. Il s'agit pour moi d'un cas avéré de prise de pouvoir de la part du thérapeute qui avait mis son patient sous emprise avec une histoire forte dont il n'était même pas l'auteur !

Vous l'aurez compris, à mon sens, une grande prudence s'impose avec beaucoup d'humilité, si l'on est amené à s'aventurer sur un domaine aussi délicat et incertain.

Un autre signe très (trop) fréquent d'affabulation du thérapeute, est le fait que la plus part des patients à qui l'on attribue des réminiscences de vie antérieures étaient des personnages célèbres.

Vous n'imaginez pas le nombre de Napoléon, de grands empereurs romains et de Cléopâtre que j'ai pu rencontrer... On voit que le thérapeute, en donnant de l'importance au patient, fait que le patient lui accorde un pouvoir excessif qui n'a pas lieu d'être de toute façon.

Malgré tout, il m'est arrivé - et il peut vous arriver aussi - de rencontrer des cas où des traumatismes majeurs (crimes, viols, guerres...) ont si fortement impacté l'âme du patient, que celle-ci en porte encore les stigmates. Cela crée parfois une sorte de prédestination à des tendances de violence ou d'autodestruction (et sans doute d'autres encore) engendrant des terreurs ou des angoisses sur des thèmes non vécus, voire de la culpabilité dans certains cas.

Notez que hormis la régression sous hypnose ou la prise de substances psychoactives telles que la MDMA qui peut stimuler l'aspect introspectif et sensoriel, nous ne disposons que de rares moyens d'accès aux vies antérieures. Une fois encore, je vous mets en garde contre les élucubrations supposées « ressenties » de thérapeutes douteux, bien que pas forcément mal intentionnés.

Exercice :

- Pour illustrer ce chapitre, je vous propose une séance d'hypnose régressive pour aller explorer une vie antérieure. Vous pouvez participer ou vous placer en tant qu'observateur si vous le souhaitez.

Récapitulons

Retenez que les souffrances trouvent leur origine dans :

1. La vie actuelle
2. L'adolescence
3. L'enfance
4. La prime enfance
5. La période intra-utérine
6. Le transgénérationnel
7. Des réminiscences de vies antérieures



L'ÉNERGIE

12. À propos de l'énergie

Un chapitre clé de cette Formation. Pour commencer, le terme « énergie » sera parfois employé au sens physique d'énergie motrice, et souvent utilisé pour désigner des énergies subtiles qui sont information et « non matière ». On parle aussi d'énergie informative.

Pour nous autres thérapeutes, l'énergie est comme la glaise du sculpteur ou la gamme (do, ré, mi, fa sol, la, si, do) pour le musicien et les couleurs pour le peintre. Les artistes ont des éléments de base qu'ils vont travailler pour sublimer des formes, créer des mélodies dans l'harmonie ou dessiner les émotions que l'œil crédule peut explorer sans fin.

Vie est synonyme d'énergie

En tout cas, pas d'énergie, pas de vie. Je me revois enfant ramassant un oiseau qui venait de s'écraser sur la baie vitrée du salon. L'oiseau était intact pourtant il gisait là sans vie. Et quand j'ai demandé à mon père pourquoi ce petit corps qui semblait en parfait état ne vivait plus, il m'a répondu, « regarde, son corps est tout mou, il n'y a plus aucune énergie pour faire vivre ce corps ». Cette phrase m'avait interpellé. Je me dis, alors c'est ça la vie ?

L'énergie est ce qui anime tous les êtres vivants mais elle est plus encore. Car l'énergie est aussi porteuse d'information

D'un côté, on peut voir l'énergie **comme de l'électricité** capable de faire briller une ampoule ou de faire tourner un moteur. Mais à un niveau plus

subtil, l'énergie **peut se comparer à une onde ou à la Lumière** qui n'est pas matière mais une sorte de force intelligente et autonome.

Voici une liste (non exhaustive) de ce qui derrière de multiples appellations est une forme d'énergie dont la forme d'onde, la fréquence (vitesse d'oscillation) et l'intensité (la force) varient en fonction de ce qu'elle représente :

L'Amour	La souffrance
L'attention	Les décisions
La conscience	Les émotions
L'Intention	La joie
Les pensées / idées	La colère
Les souvenirs	La peur
La mémoire	La jalousie
La volonté	La culpabilité
Le courage	La détermination
L'intuition	Les sentiments (tous !)
L'inspiration	Le stress
La douleur	L'anxiété
Les blocages	Les cristallisations
Les ressentis	La prière
La gratitude	La compassion
Les vibrations	Le SON
Une information	La confiance
Le magnétisme	Le reiki
La Kundalini	L'évolution / expansion
La frustration	L'envie

Rien de tout ceci n'est matière ! Aussi surprenant que cela puisse paraître tous ces termes représentent **des formes spécifiques d'énergie**.

Finalement, l'ensemble de ces mots (maux) ne décrit-il pas fidèlement le monde merveilleux des thérapeutes ? Comment, dès lors, faire l'impasse sur ce chapitre et ne pas tout faire pour en devenir des expert(e)s ? Ou pour le moins, des « capteurs » performants et des interprètes fidèles.

Le premier pas

Il me semble que le premier pas est tout simplement la **prise de conscience massive** de l'importance de « l'énergie » dans tout ce que nous entreprendrons en tant que thérapeutes mais aussi sur un plan plus large, dans la vie elle-même et même à propos de l'Univers tout entier.

L'expertise de l'œnologue

Ces experts du vin sont capables de reconnaître le cépage d'un vin, l'année de production et la provenance du breuvage, comme vous le savez !

Et votre rôle à vous, est de devenir capable d'identifier la saveur singulière de chaque énergie présente dans le tableau ci-dessus et d'en **découvrir la provenance** !

En effet, il est clair que l'Amour n'a pas la même saveur que la colère ou la gratitude par exemple.

Notre mission

Notre mission en tant que thérapeute est donc d'apprendre à identifier finement chaque énergie. Par exemple, vous aurez souvent à décoder les paroles de vos patients. Si un patient déclare qu'il est en colère, vous devez sentir que ce n'est pas exactement de cela qu'il s'agit ou pas uniquement de cela. C'est plutôt de la jalousie, qu'il n'ose pas forcément s'avouer (ou qu'il ne souhaite pas révéler). Mais travailler sur la colère et la jalousie n'est pas la même chose. Nous reviendrons sur le traitement des émotions plus tard.

Apprendre

La meilleure façon d'acquérir cette expérience et ce savoir-faire, consiste à s'entraîner en observant les personnes autour de nous. Celles avec lesquelles on interagit autant que celles qu'on peut observer dans la rue ou dans un café, restaurant, etc. Mais surtout et avant tout, en vous observant vous-même avec la plus grande clairvoyance et le discernements le plus subtil.

Définition scientifique et conséquences

« La règle énoncée au XVIIIe siècle par le chimiste Antoine de Lavoisier pour les quantités de matière, « Rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme », vaut aussi pour l'énergie. Celle-ci ne fait en effet que se transmettre ou se transformer ; **elle ne peut être ni créée, ni détruite**. La quantité d'énergie totale reste constante, même quand elle semble avoir disparu d'un objet.

Par exemple, si l'on fait rouler une balle sur le sol, elle ralentit et finit par s'arrêter, ayant perdu progressivement son énergie cinétique à cause des frottements. Mais cette dernière n'a pas disparu pour autant : elle s'est transformée en chaleur, transmise au sol et à l'air ».

Source : <https://www.planete-energies.com/>

En fait, la quantité totale d'énergie contenue dans l'univers est **finie et constante**.

Lorsque l'on parle de production d'énergie, il ne s'agit donc pas d'une création, **mais d'une transformation !**

Cela peut paraître troublant de prime abord mais c'est un fait et même une loi de fonctionnement de l'univers. Et ce qui est essentiel pour nous, est de comprendre et d'intégrer le fait que tout ce qui est évoqué dans le

tableau des énergies (ci-dessus) est donc transformable. Soit, transformable dans les deux sens.

C'est-à-dire que la peur est transformable en confiance mais aussi que la confiance disparaît parfois pour se transformer en peur !

Ainsi, l'une des fonctions les plus courantes du thérapeute sera de considérer l'énergie négative présente chez son patient, pour la transmuter en sa contrepartie positive



Soins énergétiques / Soins spirituels

La première étape en termes de soins énergétiques est le recentrage du corps éthérique (voir chapitre 7).

1. Coupure des liens

Nous entretenons plus ou moins consciemment des **liens énergétiques** avec des événements (mémoires / souvenirs), des lieux, des animaux et bien sûr avec des personnes. Et cela nous prend une énergie colossale à tel point qu'il arrive que l'on se sente épuisé sans raison apparentes. Cela peut parfois engendrer des maladies !

C'est à ce moment-là qu'il devient nécessaire de sectionner les liens énergétiques indésirables ou toxiques. Pour vous donner une idée, à cet instant même, vous entretenez une bonne soixantaines de ces liens à votre insu. Et vous consentez à régler une facture énergétique exorbitante et d'autant plus nuisible qu'elle ne dit presque jamais son nom.

Technique avancée pour couper un lien toxique

Le patient est assis sur une chaise ou allongé sur une table de massage. Cette dernière ayant l'avantage de faire passer le patient en mode « soin ».

- 1- Maintenant, vous allez simplement **aider le patient à se détendre** et à se relaxer avec la respiration (3 à 5 minutes). Conduire le patient à observer sa respiration naturelle... à ressentir l'air entrer et sortir... Puis à allonger progressivement son expirer. *Une musique très calme avec peu d'événements sonores sera la bienvenue pour distraire le mental et transmettre une énergie de paix et de calme dans la pièce.*
- 2- À présent, et quand vous sentez que le patient a lâcher prise sur le contrôle, vous pouvez lui demander **de tracer mentalement un grand huit avec un rayon de lumière dorée**, blanche ou violette, au choix. Chaque cercle de la figure de « huit » ayant environ la taille d'un cerceau. Assurez-vous que le patient visualise bien ce « huit »

face à lui. Et s'il a du mal à le visualiser, demandez-lui d'imaginer simplement un tel « huit » de lumière devant lui.

- 3- Demandez au patient de **se placer lui-même dans le premier cercle** et de placer l'être (ou le sujet) avec lequel on veut couper les liens dans le second cercle. Accordez-lui une minute ou deux pour le faire. Et demandez-lui de faire un simple hochement de tête lorsque c'est ok pour lui.
- 4- Quand ce dispositif est bien en place dans l'esprit du patient, demandez-lui de **s'emparer de son épée de pouvoir** rangée dans son fourreau sur sa hanche gauche s'il est droitier et vice et versa s'il est gaucher.
- 5- Informez-le qu'il va devoir **couper le « huit » en deux à l'intersection des deux cercles** avec son épée de pouvoir. Il devra abattre l'épée d'un coup ferme sans la moindre hésitation. Dites-lui également que s'il a besoin d'aide pour accomplir cette tâche, il peut demander de l'aide à l'archange Michael qui est un ardent combattant du mal, s'il le désire.
- 6- Puis laissez faire le patient en l'encourageant pour **frapper avec la fermeté qui s'impose**. Si vous sentez que le coup porté n'est pas suffisant pour couper net le lien, invitez-le à recommencer jusqu'à ce que les choses soient claires et sans équivoques.
- 7- Pour terminer, accompagnez le patient à **ressentir de la gratitude** pour l'aide reçue, pour son propre courage, pour son épée et même pour le sujet avec lequel il a coupé le lien pour lui avoir donné l'opportunité de se libérer en retrouvant ainsi son pouvoir personnel.

Remarque : bien sûr vous pourriez fort bien exécuter ce rituel vous-même pour votre patient, c'est d'ailleurs ce que font la plupart des thérapeutes. Mais si vous le faites à la place de votre patient, n'allez-vous pas le priver d'exercer son pouvoir personnel et de ressentir sa propre force, son indépendance, son libre arbitre et la fierté qui en découle ?

Comme souvent, vous lui donnez bien plus en l'invitant à faire lui-même ! Vous, c'est juste le guider, le soutenir et l'encourager.

* * * *

2. Suppression des "sangsues"

Comme nous allons le voir dans ce module, vous trouverez plusieurs types de perturbations à la surface du corps éthérique ainsi que des flèches ou des pieux plantés dans le corps éthérique.

Commençons par nous intéresser à ces gros vers qu'on appelle les sangsues dans la mesure où ils viennent se nourrir de l'énergie du patient. On les trouve plus généralement autour de la sphère du mental. Il semble qu'ils apprécient particulièrement l'énergie lumineuse des personnes puisqu'ils se situent souvent au niveau du chakra coronal.

La méthode

1. Le patient étant allongé sur le dos sur la table de massage, le thérapeute lève la main un mètre au-dessus du corps physique pour chercher la surface du corps éthérique du patient. Il reteste plusieurs fois pour s'assurer qu'il a bien trouvé la surface.
2. Ensuite, en partant des pieds (50 à 70cm au-dessus du corps physique), il passe sa main sur la surface avant du corps éthérique. Puis sur le côté gauche et le côté droit. Pour la face arrière, il me semble préférable de faire retourner le patient (qui d'une certaine façon, prend ainsi part au traitement) bien que l'on puisse imaginer un bras de lumière qui passe sous le corps du patient. Une technique que je réserve uniquement aux personnes qui auront du mal à se tourner sur la table (femmes enceintes, personne en fort surpoids).
3. Lorsque le thérapeute passe la main, soudain, il peut sentir une densité plus importante qui freine son déplacement (qui doit être très lent sous peine de rater les perturbations recherchées). Il repartira un peu en arrière pour valider cette sensation. Si elle se confirme, selon son ressenti, le thérapeute décidera d'enlever le vers ou de le transmuter. En effet, ces sangsues énergétiques ne sont pas toutes « mal intentionnées ». Certaines peuvent provenir d'entités opportunistes dans ce cas, il est préférable de les enlever (à mon sens) car elles peuvent provoquer migraines, déprime, douleurs...
4. Pour détacher la sangsue, le thérapeute reste au contact du blocage ressenti préalablement puis il vient au contact de la sangsue avec l'autre main. On s'attend à une forme plus ou moins cylindrique de

la taille d'une aubergine (bien que la taille soit variable et quelques rares fois beaucoup plus grosse). Ensuite, il glisse les mains sous le vers et le décolle d'une geste ferme et net en le renvoyant directement dans l'univers. D'autres fois, il s'agit d'un « câble » qu'une personne (proche) a connecté au corps éthérique du patient souvent pour se rassurer (en lui prenant pas mal d'énergie au passage). Dans ce cas, on va plutôt déconnecter le câble en question en tirant fermement dessus et en le renvoyant dans l'univers en demandant à ce qu'il soit retourné à son propriétaire. Et on va terminer par une transmutation de ce qu'il en reste un peu comme une cautérisation.

5. La transmutation se fait en mettant les deux mains à plat sur la connexion résiduelle. Ensuite, le thérapeute fait appel à l'un des Grands Guérisseurs Universels de son choix ; Jésus, le Bouddha de Médecine, la Lumière divine ou autres. Puis il demande à ce que l'énergie de cette « plaie » soit transmuter en énergie positive lumineuse avec des mots simples : « je demande à Jésus que cette énergie soit transmutée en énergie positive lumineuse... Merci. Gratitude ». Ensuite, le thérapeute poursuit son investigation.

* * * *

3. Remplir les vides

Au cours de l'exploration à la surface du corps éthérique, on tombe parfois sur des creux qui peuvent aller jusqu'au corps physique. Dans ce cas, on prêtera une attention toute particulière à la zone du corps physique qui semble avoir absorbé l'énergie. On interrogera le patient sur ce qu'il ressent dans cette zone du corps physique et à quoi il associe ce ressenti (quelle émotion) et le ressenti du thérapeute fera le reste (en principe).

À l'inverse, ces trous dans le corps éthériques peuvent provoquer de grosses pertes d'énergie comme des fuites ou des brèches béantes dans une cuve. Ils ont des raisons d'être variées et difficiles à identifier mais presque toujours émotionnelles. Leurs formes se regroupent en 3

catégories : les trous, les failles et les déchirures. Nous les traiterons cependant de manière identique.

Technique pour combler les vides

1. Comme pour la recherche des sangsues, le thérapeute passe très lentement la main à la surface du corps éthérique jusqu'à ce qu'il sente que la surface fléchit et qu'il doit descendre pour la suivre. Dans ce cas, il repartira en arrière pour retester la zone en question afin de s'assurer que ce n'est pas sa propre attention qui s'est relâchée.
2. Une fois que le creux est clairement identifié, et hormis les creux larges, il ne sera pas toujours possible de discerner la nature exacte du creux avec la main seule pour savoir si l'on est en présence d'une faille ou d'une fissure trop fine pour que la main puisse le sentir. Dans ce cas, c'est avec son clair-ressenti que le thérapeute saura qu'il s'agit de l'une ou de l'autre. Le thérapeute signalera l'emplacement du creux au patient et lui demandera d'injecter lui-même de l'énergie à cet endroit. Le thérapeute étant juste là pour contrôler que le creux se remplit bien DE L'INTÉRIEUR ! En effet, j'ai observé que si je remplis moi-même le creux pour mon patient « ça ne tient pas » ! Toujours pour la même raison ; les mêmes causes créent les mêmes effets. Et lorsque le patient intervient le lien se fait beaucoup plus facilement avec les contours du trou.
3. Pour finir et de concert avec le patient, nous allons faire appels à la Lumière divine pour venir « cautériser » la zone concernée afin que la « réparation » tienne dans le temps et que le creux se résorbe définitivement.
4. On termine ensemble (avec le patient) en éprouvant une belle énergie de gratitude pour soi puis pour l'aide apportée par la Lumière.

Notez que la recharge énergétique (abordée plus loin) pourra faire ce travail pour une bonne partie des creux présents dans le corps éthérique. Cependant, je recommande vivement de faire le gros du travail de manière spécifique ET **consciente** (pour le patient).

* * * *

4. Lissage du corps éthérique

Le corps émotionnel est formé de deux parties superposées. Le corps émotionnel positif se trouve à l'extérieur (le plus loin du corps physique) et le corps émotionnel négatif se trouve directement au contact du corps éthérique (l'anatomie subtile sera décrite en détail un peu plus loin).

Lorsqu'une émotion négative est ressentie, elle va rapidement impacter le corps éthérique pour finir par impacter le corps physique si le « système* de protection émotionnel » du patient ne parvient pas à gérer la charge émotionnelle. Cependant, il faut bien comprendre que paradoxalement, ce ne sont pas les émotions les plus fortes qui vont aller impacter le corps physique directement. Parfois cela prend des années avant qu'une maladie se déclare dans le corps physique alors que les corps émotionnel et éthérique ont été touchés des années auparavant (c'est le cas du cancer par exemple). Ce qui rend cette exploration d'autant plus utile, encore faut-il que le patient accepte, et idéalement désire, traiter les troubles émotionnels révélés lors de ce lissage du corps éthérique.

Inversement, une dispute avec une personne entrainera rapidement des maux de tête ou des migraines, tandis qu'une contrariété déclenchera un rhume qui a l'avantage (de tenter) d'évacuer la charge émotionnelle qui s'y attache à travers les glaires (mucus).

*Le système de protection émotionnel sera expliqué dans le chapitre sur l'EMDR.

Technique de lissage

1. De nouveau, le thérapeute passe la main lentement et très attentivement en suivant la surface du corps éthérique avec l'intention claire de détecter des traces d'émotions négatives.
2. En effet, il peut être amené à ressentir une zone plus dense où l'énergie s'est cristallisée. Si l'empreinte est légère (ressentie comme une petite rose des sables), il peut la saisir et la renvoyer dans l'univers. Si l'empreinte se montre plus marquée (plus dense et plus large), le thérapeute procèdera à la transmutation de cette cristallisation.
3. La transmutation se fait en mettant les deux mains à plat sur l'empreinte de l'émotion négative à la surface du corps éthérique.

4. Ensuite, le thérapeute fait appel à l'un des Grands Guérisseurs Universels de son choix ; Jésus, le Bouddha de Médecine, la Lumière divine ou autres. Puis il demande à ce que l'énergie de cette trace soit transmuter en énergie positive lumineuse avec des mots simples : « je demande à Jésus que cette énergie cristallisée soit transmutée en énergie positive lumineuse... Merci. Gratitude ». Ensuite, le thérapeute poursuit son investigation jusqu'à la prochaine empreinte.
5. On termine toujours par une étape de gratitude qui rééquilibre les énergies et qui place le patient dans une vibration haute en fréquence.

* * * *

5. Aspiration des énergies utilisées

On admet la présence de 2 canaux récepteurs des énergies dites « usées » à l'arrière du corps, ce qui, à vrai dire, n'a pas beaucoup de sens ! Cela reste utile pour se représenter les choses mais à mon sens, il serait plus juste de parler d'énergies négatives dont la forme d'onde est perturbée ou comporte des distorsions.

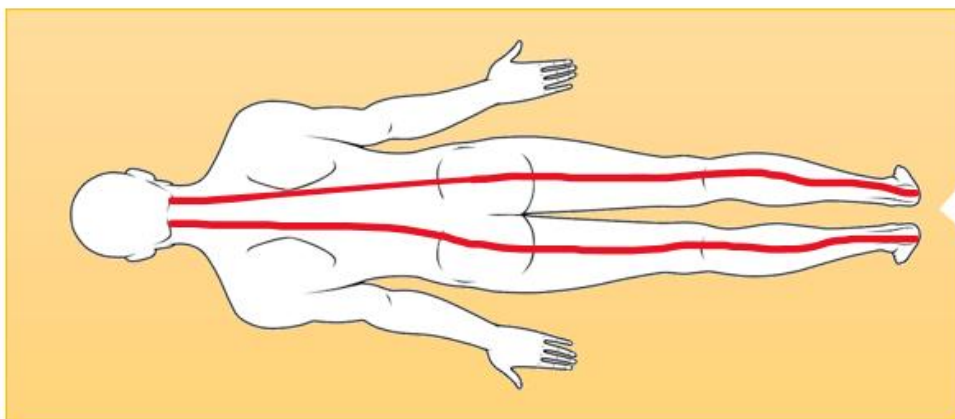


Fig. 1 : Canaux récepteurs d'énergies « usées »



Fig. 2 : sorties sous le pied

Toujours est-il que ce sont des énergies à évacuer du corps ou à transmuter. Il me semble que dans cette situation, l'aspiration et la mise hors du corps sont préférables en raison des perturbations potentielles et probables. Mais aussi des risques de propagation dans des zones du corps où elles vont causer des dégâts en stressant des parties du corps ou des organes inutilement. « Allez ouste, tout le monde dehors... » !

Ces 2 canaux d'évacuation (fig. 2) trouvent leurs sorties sous la plante des pieds (ils sont également présents dans la paume des mains et dans les sorties des chakras à l'arrière du corps). Du coup, nous allons « brancher un aspirateur énergétique intentionnel » pour aspirer ces énergies délétères et les renvoyer directement dans l'Univers ou à la Terre-Mère qui n'a pas son pareil pour les recycler.

Technique d'aspiration

1. Le patient est allongé sur le dos sur la table de massage. Tandis que le thérapeute se place à ses pieds.
2. Le thérapeute, bien ancré, imagine avec une intention ferme, qu'il tient un long goupillon et commence à l'enfiler dans le canal du pied gauche. À cet instant son ressenti est fortement mis à contribution pour piloter l'opération qui consiste à ramoner ce premier canal.
3. Il enfonce le goupillon en effectuant de petits allers retours comme s'il nettoyait un long tube. Parfois le goupillon semble se bloquer. Dans ce cas, il repart en arrière et avance en tournant le goupillon. Il va jusqu'à la tête du patient **sans y pénétrer**.
4. Je suggère vivement d'impliquer le patient dans ce processus. Pour ça, le thérapeute expliquera rapidement ce qu'il s'apprête à réaliser et invitera le patient à utiliser sa respiration pour accompagner et aider le nettoyage. C'est-à-dire que durant l'expire, le patient devra simplement imaginer qu'il chasse les énergies délétères vers le bas et vers la plante de son pied droit en imaginant qu'il les expulse purement et simplement.
5. Répéter les étapes 3 & 4 à partir du pied droit. Puis jeter le goupillon énergétique à recycler vers la Terre ou dans l'Univers.
6. Dans un 2^{ème} temps, le thérapeute met sa main droite (pour les droitiers) comme s'il tenait un tuyau d'aspirateur juste à la sortie du canal gauche au milieu de la plante du pied gauche. Tandis qu'il s'imaginer (avec une intention claire et ferme) tenant l'autre bout du

tuyau d'aspirateur dans sa main gauche, dirigé vers la Terre ou vers le Ciel si tel est son choix.

7. Ensuite, il mettra « l'aspirateur énergétique intentionnel » en marche et commencera à aspirer le contenu du canal gauche. Là encore, utilisez votre ressenti pour bien sentir si le canal se nettoie correctement ou s'il est nécessaire de répéter les étapes 3 & 4 avec le goupillon avant de repasser l'aspirateur.
8. Ensuite, répétez l'opération dans le canal droit.
9. Une fois terminé, le thérapeute fera appel à la Lumière Céleste pour venir pénétrer dans chacun des deux canaux. Le patient sera vivement invité à faire de même. Pour cela, je propose au thérapeute de faire cet appel à haute voix toujours dans le but d'impliquer le patient dans sa propre guérison de nettoyage en l'occurrence. Finir par l'étape de Gratitude pour élever le niveau vibratoire et équilibrer les énergies données et reçues.

* * * *

6. Suppression des masses et des flèches

Vous entendrez, verrez et lirez tout un tas de théories à propos des flèches et des masses que l'on rencontre souvent plantées dans le corps éthérique ou collées sur le corps physique. C'est peut-être pour cette raison que j'ai arrêté depuis longtemps d'établir une énième théorie. Cela fait sans doute partie des moments où l'humilité de dire « je ne sais pas » semble s'imposer si l'on est sincère et honnête.

Personnellement, je m'en tiens à l'aspect énergétique et j'accepte de ne pas être capable d'argumenter et d'expliquer ce qui se passe réellement et les causes véridiques de ce que l'on traite. Je me contente de passer la main dans le corps éthérique et de ressentir une flèche ou une masse que je m'attacherai à transmuter dans la plupart des cas et parfois à extraire.

Choc émotionnel ou émotion envahissante

Toutefois, il me semble réaliste de dire que la présence d'une flèche ou d'une masse provient d'un choc émotionnel qui se fiche dans le corps éthérique comme la flèche tirée d'un arc. Ou encore d'une émotion ou d'un sentiment (chagrin et blessures de cœur) qui s'installe subrepticement mais s'enracine profondément et durablement comme un nuage de pollution qui dénature tout sur son passage.

Extraction ou Transmutation

Dans quels cas utiliser l'extraction plutôt que la transmutation ? La réponse à cette question restera subjective presque à chaque fois. La seule façon de déterminer la meilleure façon de faire est à mon sens de s'en remettre aux sœurs jumelles : inspiration et intuition.

Inspiration venant de l'extérieur (Dieu, vos guides, un ange gardien, l'Univers, la Terre-Mère, la connaissance universelle...)

Intuition venant de l'intérieur. En restant conscient que **l'intuition se forge à partir de ce que vous portez en vous**.

Je parle de la connaissance que vous portez en vous, c'est-à-dire des **expériences vécues** et non d'une simple lecture ou visionnage d'une vidéo qui ne sont que du savoir (le savoir éveille mais n'enseigne pas). Hors les choses se corsent quand on prend conscience que

le savoir obscurcit les intuitions quand la connaissance (expériences vécues) les éclaire.

Techniques d'extraction ou de transmutation

1. Le thérapeute solidement ancré (sous peine de prendre en lui et à son insu les énergies qu'il est amené à rencontrer), commence à passer la main en plein milieu du corps éthérique du patient allongé sur le dos sur la table de massage.
2. Dès qu'il rencontre un frein, c'est-à-dire la sensation de devoir traverser une zone plus dense, il retestera pour s'assurer de la présence de quelque chose à cet endroit. Une fois que c'est validé, il suivra la « chose » pour voir si elle est simplement posée sur le

corps physique (masse) ou si elle remonte même au-dessus de la limite du corps éthérique (flèche). Les masses ressemblent à un petit chou-fleur posé sur le corps physique (sans racine). Tandis que la flèche ressemble d'avantage à un grand radis noir fiché dans le corps éthérique et souvent enraciné à un organe du corps physique. Il pointe généralement hors du corps éthérique.

3. **Extraction de la masse** : recherchez les limites du contour de la masse. Puis si vous ne « sentez » pas la transmutation (c'est à dire que vous ne vous sentez pas en énergie assez riche pour la réaliser) procédez à l'extraction. De cette façon, vous êtes moins impliqué dans le processus. IL vous suffit de passer simplement les deux mains sous la masse pour la saisir et de l'envoyer directement dans l'Univers ou vers la Terre-Mère si vous le sentez, toujours d'un geste ferme et rapide (mais sans brutalité) avec une intention claire. Toutefois, le souci avec l'extraction est qu'en la réalisant, vous laissez une zone de vide dans le corps éthérique avec une plaie énergétique à l'endroit où elle s'était attachée.
4. Il est donc nécessaire de pratiquer un **pansement de Lumière** pour **cautériser la plaie** en faisant appel à votre Lumière de cœur alliée à la Lumière cosmique ou divine. Pour cela, placez-vous dans une intention de donner de la Lumière de votre cœur en plaçant vos mains à plat sur la zone concernée. Puis faites appel ensuite à la Lumière cosmique ou divine en l'appelant avec respect et gratitude. Et demandez à ce que cette Lumière accomplisse une cicatrisation et une régénération au niveau du vide laissé par l'extraction.
5. **Transmutation de la masse** : dans la mesure où vous vous sentez bien aligné et en énergie riche (haute en fréquence), il est préférable de procéder à une transmutation qui ne laissera aucune « cicatrice » (vide énergétique).
6. Commencez par repérer la masse puis cherchez-en les contours.
7. Puis placez vos deux mains dessus (soyez bien ancré pour le faire) et demandez l'intervention de l'un des Grands Guérisseurs universels en disant avec vos propres mots : « Jésus peux-tu m'aider à mettre suffisamment de Lumière pour dissoudre cette masse délétère s'il te plait ? ».
8. Demandez au patient d'amener de l'énergie de son propre cœur et faites-en autant. Et ressentez la masse fondre comme neige au soleil.

9. Terminez en vous mettant en gratitude pour l'intervention du Grand Guérisseurs. Invitez votre patient à faire de même.

Cette partie du soin énergétique est **extrêmement libératrice** tant « l'entretien » des masses et des flèches est gourmand en énergie provoquant fatigue, organe affaiblit et maladies dans le pire des cas.

Par ailleurs et comme nous aurons l'occasion de le redire, ce soin présente l'avantage de prévenir l'apparition de maladies quand on intercepte la distorsion énergétique (flèche ou masse) à temps.

1. **Extraction des flèches** : souvent en recherchant des masses, on rencontre des flèches et vice et versa.
2. Quand on rencontre une flèche, la technique est similaire à celle employée pour les masses à quelques détails près. En effet, si les masses sont juste collées sur le corps physique, les flèches sont légèrement enracinées dans un organe avec des petites racines qui ressemblent à celles d'un poireau. Et quand on arrache la flèche, on laisse quelques petites racines plantées dans l'organes sous la peau. On tentera de les enlever une à une en espérant n'en laisser aucune...
3. Là encore, le souci avec l'extraction est qu'en la réalisant, vous laissez une plaie énergétique à l'endroit où elle s'était enracinée.
4. Il est donc nécessaire de pratiquer un **pansement de Lumière** pour **cautériser la plaie** en faisant appel à votre Lumière de cœur alliée à la Lumière cosmique ou divine. Pour cela, placez-vous dans une intention de donner de la Lumière de votre cœur en plaçant vos mains à plat sur la zone concernée. Puis faites appel ensuite à la Lumière cosmique ou divine en l'appelant avec respect et gratitude. Et demandez à ce que cette Lumière accomplisse une cicatrisation et une régénération au niveau du vide laissé par l'extraction.
5. Transmutation des flèches : l'avantage avec la transmutation des flèches est qu'on ne laisse aucune plaie, tout est transmuté. Reportez-vous aux étapes 5 à 9 précédemment décrites dans la transmutation des masses.

* * * *

7. Recharge énergétique

Le « niveau énergétique »... Bien que ce terme soit utilisé très fréquemment, que signifie-t-il concrètement pour vous ?

- Est-ce que l'on est en train de parler d'une quantité d'énergie ? D'une énergie d'une nature particulière comme le « Bovis » ? « Unité Bovis » ? De « Taux vibratoire » ? d'accord mais un taux est un rapport (ou un pourcentage), de quoi sur quoi en l'occurrence ? On parle aussi d'ondes et de forces... Ah oui, on parle encore de « biomètre », littéralement (bio = vivant) mètre vivant ???

J'avoue que je suis un peu perdu et peu perplexe avec tout ça, et vous ?

- Selon Bovis, « le Vivant est animé par deux forces : la **force montante tellurique** et la **force descendante cosmique**. Il vit en harmonie dans son environnement et en pleine santé quand ces deux forces sont en équilibre. Dans le cas contraire, les maladies et les pathologies s'installent ».

Ce que je retiens de cela, parce que je peux le ressentir, est qu'il existe **des forces montantes telluriques** et **des forces descendantes cosmiques** (ou divine). Jusque-là, on est à peu près d'accord à ceci près qu'il n'existe pas « une » force (montante ou descendante) mais « des » forces montantes et descendantes.

Cependant, si je me permets de remettre en cause ce que certains gobent comme des vérités fondamentales sans hésitation, **je ne dis pas que rien de tout ça n'existe**. Je dis seulement que les noms qu'on a donné à tout ce fatras de données pseudoscientifiques devraient rejoindre la physique de Descartes et de Newton, et/ou la physique quantique pour qu'on puisse s'y retrouver.

Du coup, j'ai regroupé pour vous quelques définitions de termes de références pour rendre plus concret ce qui concerne l'énergie et les notions connexes.

Termes de références

Ainsi, et concrètement, c'est-à-dire de manière explicable et démontrable, nous nous trouvons en présence de ces notions :

- **L'énergie** : qui est la capacité à effectuer des transformations (mouvement, travail, déplacement, changement de nature, modifications).
- **Le rayonnement électromagnétique** est la propagation d'une variation des champs électriques et magnétiques. Tout corps à une température supérieure au zéro absolu ($-273,15\text{ }^{\circ}\text{C}$), émet un rayonnement électromagnétique appelé rayonnement thermique.
- **Les ondes électromagnétiques** : se propagent autant dans le vide que dans un milieu matériel. Les ondes radio, les ondes lumineuses, les rayons X sont des exemples d'onde électromagnétique. **Une onde transporte de l'énergie sans transporter de matière.**
- **Les ondes mécaniques** : Une onde mécanique (**les sons**, le chant, les vagues) est définie par un transport d'énergie **sans déplacement de matière**. Elle modifie localement et temporairement (perturbation) les propriétés mécaniques (comme **la pression** ou **la densité**) par exemple) d'un milieu matériel (fluides, air, eau, tissus du corps humain...).
- **Fréquences** : la fréquence d'un phénomène périodique correspond au nombre de répétitions de ce dernier pendant une seconde. Plus simplement, c'est la vitesse d'une vibration. **Notez que** : Basses fréquences = vitesses lentes (maladies) – Hautes fréquences = vitesse élevée (pleine santé, spiritualité).
- **La lumière** : est une onde électromagnétique. C'est sous la forme de petits « paquets d'énergie », appelés photons, que l'électron se débarrasse de son surplus d'énergie. Un photon est une particule d'énergie qui n'a pas de masse et qui se déplace très rapidement.

Techniques de recharge énergétique

Avant d'entreprendre le traitement, gardez à l'esprit que la recharge peut se faire avec de **l'énergie cosmique** ou/et avec de **l'énergie tellurique** (souvent ignorée).

Mais toutes les énergies telluriques ou cosmiques ne sont pas bonnes à prendre pour les êtres humains !

On demandera donc à recharger le patient avec les énergies telluriques et cosmiques à **hautes fréquences**. En effet, souvenez-vous que « Basses fréquences = **maladies** » tandis que « Hautes fréquences = pleine santé, spiritualité ».

>> Pour finir, il est hors de question de donner votre propre énergie !

Les idées un peu plus claires sur la question de « remonter le taux énergétique », passons à la pratique. Il existe 3 techniques communément admises et qui fonctionnent assez bien plus une autre que j'ai cru bon d'ajouter :

1. La Boule d'énergie :

- 1- Le thérapeute, bien ancré et clair dans ses intentions, place ses deux mains paumes vers le haut et demande à recevoir la quantité nécessaire d'énergie cosmique de haute fréquence adaptée pour son patient.
2. Lorsque l'énergie arrive, il peut ressentir une sorte de boule qui lui procure de la chaleur et parfois des picotements ou de fines vibrations dans ses paumes.
3. Et quand les sensations sont bien fortes, il retourne simplement ses mains en direction du corps du patient au niveau du plexus solaire (qui est une porte d'entrée des énergies extérieures). Il donne ainsi l'énergie reçue **SANS** donner de sa propre énergie !
4. Refaire les étapes 1 à 3 au moins trois fois, voire plus si nécessaire.

Le souci dans cette pratique pourtant très courante est que l'énergie de la Terre (tellurique) est purement et simplement ignorée. Il faudra y remédier sans faute.

2. Les capteurs manuels

- 1- Le thérapeute, bien ancré et clair dans ses intentions, place sa main gauche (celle qui reçoit) paume vers le haut. Et place sa main droite en miroir pour à la fois capter l'énergie cosmique reçues dans la main gauche et envoyer cette énergie vers le corps du patient. Et il demande à recevoir la quantité nécessaire d'énergie cosmique de haute fréquence adaptée pour son patient.

2. Lorsque l'énergie arrive, il peut ressentir une sorte de courant léger qui lui procure de la chaleur et parfois des picotements ou de fines vibrations dans ses paumes.

3. Et quand les sensations sont bien fortes, il irradie le corps du patient au niveau du plexus solaire ou d'une zone en souffrance en particulier. Il donne ainsi l'énergie reçue SANS donner de sa propre énergie !

4. Garder cette position le temps qu'il faut jusqu'à ressentir que le plein est fait. Testez-le au besoin.

Le souci dans cette pratique reste que l'énergie de la Terre (tellurique) est purement et simplement oubliée. Il faudra y remédier sans faute.

La recharge en énergie de la Terre

La pratique précédente est l'une de mes favorites mais nécessite l'ajout de celle-ci afin d'équilibrer les énergies cosmiques et telluriques.

1- Le thérapeute, très bien ancré et clair dans ses intentions, place directement ses deux mains au-dessus du corps du patient à 10 cm devant les plantes des pieds de son patient. Il aura eu soin d'enlever ses chaussures si elles comportent des semelles isolantes. Ensuite, il met beaucoup d'attention au niveau de **ses deux pieds bien à plat par terre**. Puis il demande à recevoir la quantité nécessaire **d'énergie tellurique** de haute fréquence adaptée pour son patient **par la plante de ses pieds**.

2. Lorsque l'énergie arrive dans ses pieds, il la laisse monter par ses jambes, son buste et jusque dans ses bras pour arriver dans la paume de ses mains. Il peut ressentir une sorte de courant léger qui lui procure de la chaleur et parfois des picotements ou de fines vibrations dans les jambes, le ventre et dans ses paumes de main.

3. Et quand les sensations sont bien présentes, il remplit le corps du patient au niveau de ses plantes des pieds. Il donne ainsi l'énergie reçue SANS donner de sa propre énergie !

4. Garder cette position le temps qu'il faut jusqu'à ressentir que le plein est fait. Testez-le au besoin.

3. Recharge complète

Cette technique présente l'avantage de recharger la personne avec l'énergie de la Terre et l'énergie cosmique en même temps. On pourrait donc penser qu'elle est idéale. Cependant, elle ne permet pas de sentir si l'on a mis suffisamment d'une énergie ou de l'autre. Et souvent, c'est l'énergie cosmique qui prend le dessus en laissant ressentir que la recharge est terminée. En effet, l'énergie cosmique arrive plus rapidement que l'énergie tellurique qui semble avoir plus d'inertie. Même si parfois laisser faire les choses fonctionne, on aimerait quand même sentir que les 2 énergies ont été apportées en quantité suffisante.

En revanche, cette technique est utile quand on manque un peu de temps ou lorsque le thérapeute ne se sent pas particulièrement en énergie riche.

Voici la technique :

1. Le thérapeute, bien ancré et clair dans ses intentions, place ses deux mains paumes vers le bas à quelques centimètres au-dessus du plexus solaire du patient allongé sur le dos sur la table de massage. Puis, il demande à recevoir la quantité nécessaire d'énergie cosmique de haute fréquence adaptée pour son patient par son chakra coronal. Et dans le même temps, il demande à recevoir la quantité nécessaire d'énergie tellurique de haute fréquence adaptée pour son patient par les chakras secondaires de son chakra racine situés au milieu de ses plantes de pieds.
2. Lorsque ces énergies arrivent, il peut ressentir une sorte de courant léger qui lui procure de la chaleur dans tout le corps et parfois des picotements ou de fines vibrations dans les paumes de ses mains.
3. Et quand les sensations sont bien fortes, il irradie le corps du patient au niveau du plexus solaire ou d'une zone en souffrance en particulier. Il donne ainsi les énergies reçues SANS donner de sa propre énergie !
4. Garder cette position le temps qu'il faut jusqu'à ressentir que le plein est fait. Testez-le au besoin.

* * * *

8. Travailler avec ses Guides

Commençons par tenter de définir ce que nous entendons par nos « guides ». En fait, lorsqu'on entame un chemin d'éveil spirituel, on commence généralement par admettre que l'on fait partie d'un Grand Tout et qu'on est relié à tous les règnes (humain, animal, végétal et minéral), dans un sens (incarné). Et que l'on est aussi connecté à des êtres ou des entités immatérielles célestes (qui viennent du Ciel) comme les Anges, les Archanges et les Séraphins. Puis on finit par ressentir que des « Êtres de Lumière » ou des archanges pour certains ou encore des « Maîtres ascensionnés », nous accompagnent dans notre expérience d'incarnation terrestre.

Il est essentiel d'intégrer le fait que ces « Êtres de Lumière », nos Guides justement, n'interviennent QUE si nous les sollicitons explicitement et consciemment.

Ils n'ont aucune autorité sur nous et nous laissent notre libre arbitre pour prendre nos propres décisions.

Ils ne le font jamais à notre place !

Un autre élément important est de bien comprendre la manière dont ils peuvent nous aider.

Je me souviens, il y a une quinzaine d'années, à la suite d'un soin, je répétais sans cesse que je n'avais pas grand mérite car j'avais fait appel à mes « guides » et que par conséquent c'est eux qui avaient produit le résultat pour lequel on me félicitait. Lorsqu'un jour, après une guérison qui s'était très bien passée, une fois la patiente partie, j'eus la sensation très nette que mes guides s'adressaient à moi :

« Arrête de dire que nous avons fait les choses à ta place, ce n'est pas ce qui s'est passé. Et laisse nous te poser une question : - penses-tu vraiment que si nous avons besoin d'intervenir, nous avons besoin de toi pour le faire ? » Oups, j'étais bel et bien en train de me faire réprimander !

« Souviens-toi que lorsque tu fais appel à nous, la seule chose que nous faisons est en quelque sorte, de **faire briller tes propres qualités**, tes propres talents. Comme s'ils étaient déjà développés à leur maximum. C'est la raison pour laquelle les soins que tu donnes te ressemblent et portent ta marque, ton empreinte et non la nôtre qui très différente ».

Inutile de dire que c'est le genre de leçons que l'on mémorise à vie sans avoir à la révisée ! Et je trouve tellement beau que finalement, ils nous accordent leur confiance en nous poussant à devenir nous-mêmes dans la plus belle version de soi. J'ai beaucoup de gratitude pour ça et pour mes guides que vous m'entendrez appeler affectueusement et respectueusement mes « Grands-Pères ».

La Lumière t'accompagne

Un autre fait marquant, est que dès que vous vous mettez réellement au service d'une personne dans une relation d'aide, d'accompagnement et de guérison, vous recevez de l'aide sous forme d'inspirations soudaines et justes. Combien de fois, **la bonne idée pour accompagner une personne dans un processus de guérison m'est venue comme par enchantement**. Combien de fois, je me suis entendu dire une chose qui m'était inconnue 30 secondes plus tôt et qui était exactement ce qu'il fallait à cet instant pour cette personne !

Votre engagement à servir ouvre une canal en prise directe avec des Êtres de Lumière dont peu à peu vous reconnaissez l'énergie et qui deviennent presque familier.

Ce sont vos guides !

Vous serez souvent amené à faire appel à vos Guides spirituels lors d'un soin, peut-être êtes-vous familier avec cette pratique. Quoiqu'il en soit, ne pas faire appel à eux serait se priver d'une aide considérable pour le patient mais aussi pour vous-même dans la mesure où :

- Plus vous recevez leur aide, plus vous prenez conscience que vous incarnez vos qualités dans leur développement optimale. Et peu à peu, vous apprenez à fonctionner en énergie riche avec vos qualités dans leurs pleins pouvoirs ! **Vos guides accélèrent votre développement** de façon proportionnelle à votre implication et votre engagement dans l'accompagnement des processus de guérison pour vos patients.

Plus vous donnez, plus vous recevez !

* * * *

9. Pansement de Lumière

Bien que déjà évoqué précédemment, faisons la lumière sur ce « pansement » et sa raison d'être. Avez-vous remarqué que dans la majorité des cas, lorsqu'on procède à une guérison, le problème revient quelques jours après ? Exactement le même et pour les mêmes raisons. Et la première d'entre elles est que vous pouvez être sûr qu'un changement dans la vie de votre patient a besoin d'être effectué. Ce changement peut (doit) intervenir au niveau des comportements ou des addictions (tabac, alcool, drogues, médicaments, sexe, smartphone, jeux vidéo...), des fréquentations, du domaine professionnel (changer de poste ou d'entreprise ou même de métier...), des relations (parents, enfants, voisins, collègues, etc.), du couple ou de la solitude (l'absence de couple).

Mais il arrive aussi que le patient ait tout simplement besoin de la guérison d'un traumatisme qui se traduit par des émotions ou des douleurs dues à ce grand manque d'Amour dont nous avons déjà parlé. Et dans ce cas, le thérapeute va guider le patient pour ressentir à quel endroit du corps l'émotion se manifeste. Ensuite, le thérapeute interroge le patient pour l'aider à percevoir quelle est la forme (pointue, coupante, tordue, piquante...) et la couleur que prend cette manifestation dans le corps. Puis quelle est sa taille et sa texture (bois, métal, lisse, écailles...).

Aura lieu ensuite la transmutation en faisant appel à un Guérisseur universel qui aidera à faire fondre la forme ou à la pulvériser selon les cas.

Et c'est ensuite que le pansement de Lumière prend tout son sens. Car même avec l'aide de vos guides, une fois la forme dissoute, **il reste toujours une empreinte** fortement liée à l'énergie du problème dans sa forme initiale et délétère. Et cette cicatrice semble appeler le problème à reprendre sa place !

Remarque : À ce propos, il est intéressant de noter que de très nombreux patients ont appris à vivre avec cette douleur ou ce problème. Et paradoxalement, quand on le guérit avec le concours du patient, ce dernier se sent désorienté avec une forme de malaise très inconfortable lié à l'absence de la douleur ou du problème. Tout se passe comme s'il l'appelait pour que tout redevienne « comme avant » ! Le patient manifeste des troubles qui rappellent ceux d'un alcoolique ou un drogué en manque. Aussi impensable que cela paraisse, il n'est pas rare de voir un patient **en manque** d'un problème ou d'une douleur connue. Le patient avait fini par s'adapter à son problème et maintenant tout est à refaire, il doit créer de nouveaux repères et il est fréquent qu'il y renonce. C'est une grande épreuve pour le patient mais aussi pour le thérapeute qui aura souvent bien du mal à amener son patient à **fournir l'effort nécessaire** !

Et dans bon nombre de cas, c'est donc le patient lui-même qui attire de nouveau à lui, SA douleur ou SON problème récemment guéri !

Pour pallier à ce mécanisme inconscient, nous aurons soin de poser un pansement de Lumière **conscient et choisi**.

Poser un pansement de Lumière

Pour poser un pansement de Lumière, le thérapeute (bien ancré) invite son patient à faire appel à son Grand Guérisseur préféré. Il en profite pour lui faire exprimer sa volonté de guérir qui se traduit souvent par **la reprise de son évolution sur son chemin de Lumière**.

Le thérapeute guette attentivement la moindre manifestation de cette prise de position, de **ce désir de guérir qui doit se confirmer** dans l'intégralité de l'être c'est-à-dire sur les 4 plans : corps, cœur, mental et âme. Les signes au niveau du corps et d'un changement d'énergie sont à observer finement. Car il est fréquent qu'une partie du patient veuille guérir (le mental souvent) mais qu'une autre partie de lui-même s'y oppose farouchement (l'âme ou le cœur) !

Sans un signe extérieur tangible, je me mets immédiatement à interroger les 4 plans de l'être pour connaître les parties qui s'opposent et leurs motifs. Ce qui n'est pas toujours simple car le patient désire souvent et plus ou moins consciemment, **cacher ses motifs réels d'opposition**. Il va d'ailleurs se créer un conflit en lui, générant des résistances qui peuvent le faire fuir le cabinet du thérapeute qui ne semble pas vouloir « lâcher l'affaire », de peur de se faire démasquer !

Dans ce genre de cas, il faudra faire preuve de beaucoup de subtilité en **anticipant les réactions** du patient qui se bâtit un mur de défense à la hâte. Il n'y aura qu'un court laps de temps avant que la construction ne soit achevée et irrémédiablement scellée (au moins pour un temps) pour **capter l'attention du patient** afin d'entamer une **reprogrammation** de son schéma de pensée avec une **prise de conscience** de ce qui se joue en arrière-plan à son insu. Ceci dans le but de l'aider à **se remettre en cohérence avec toutes les parties de lui-même**. Et tout ceci SANS ingérence car quelles que soient les décisions du patient, nous ne pouvons que les respecter à défaut de les approuver. Hors de question de se substituer au patient sous peine d'aggraver les choses et de reculer les échéances de changements et de transformations.

Le déroulement normal

Reprenons, le thérapeute guette attentivement la moindre manifestation de cette prise de position, de ce désir de guérir qui doit se confirmer dans l'être tout entier (corps, cœur, mental et âme). Cela se manifeste par :

- le patient qui se redresse sur son siège,
- la physionomie du visage qui se modifie,
- le ton de la voix qui s'affirme,
- un changement dans son énergie comme s'il y avait en lui un regain d'énergie dû au **pouvoir de la décision** qui libère toujours de l'énergie au profit d'une action à venir.

Ensuite, le thérapeute invite le patient à reformuler avec ses propres mots et de préférence à voix haute, une demande auprès du Guérisseur universel de son choix : « Ô Bouddha de Médecine, guérisseur des guérisseurs, aide-moi à amener toute la Lumière sur cette zone de mon corps (là où se manifestait la forme) pour cautériser cette plaie que je ne souhaite plus voir s'il te plait, qu'elle ne réapparaisse jamais plus ! ...

Gratitude à toi pour ton aide lumineuse et généreuse ». Toute formulation dans ce style fera l'affaire tant qu'elle est **chargée d'intention claire et sincère** avec respect et gratitude. **Le plus important est que le cœur soit en accord avec le mental.**

Bien sûr le thérapeute imagine ou visualise la scène et invite son patient à également amener la Lumière de son cœur sur la zone à traiter.

Quand cette opération est correctement réalisée, il convient de la renouveler chaque jour pendant 7, voire 21 jours si cela s'avère nécessaire, c'est-à-dire si la douleur ou le problème a tendance à vouloir revenir se manifester à nouveau.

Pansement de Lumière :

Une boule d'énergie lumineuse vient précisément remplacer la forme dans le corps du patient.

Exercice :

Exploration en binômes d'une douleur émotionnelle avec recherche de la « forme » dans le corps. Puis transmutation et mise en place du pansement de Lumière.

* * * *

Études de cas

Marie-Line. L'amie d'une amie était mariée à un instituteur et leur mariage était solide et plutôt heureux à un « détail » près cependant. Tous deux souhaitaient ardemment avoir un enfant et le fait est qu'ils auraient fait de merveilleux parents. Mais voilà, depuis 2 ou 3 ans, ils essayaient en vain mais rien n'y faisait. Cela n'arrivait pas. Le mari fit les examens d'usage dans cette situation et tout était bon pour lui. Du coup, madame se livra

aux examens qui devaient fournir des éléments concrets amenant des preuves tangibles d'une malformation ou d'un problème congénital. Mais non, chez elle tout allait bien également. Tous deux étaient vraiment tristes de cette situation tombée sur eux comme une malédiction. Peu après, elle est venue nous aider à déménager et je me suis arrangé pour me retrouver à vider la cave seul avec elle. Comme elle ne m'avait pas demandé de l'aider, déontologiquement, je ne pouvais (devais) pas m'en mêler mais je voulais tenter de valider une hypothèse qui me tournait autour comme une abeille autour d'un fruit mûr. Je prêchai le faux pour savoir le vrai. Et comme des adolescents avaient tenté de forcer la porte de notre cave, j'en profitai pour amener la discussion sur les enfants. En jouant celui qui pense que les enfants posent bien des problèmes et que la présence ou l'absence des parents y est pour beaucoup... l'éducation... et que pourtant nous tenons à eux plus que notre propre vie, etc. C'est alors qu'elle exprima toute l'anxiété que les parents devaient ressentir de peur de perdre leur enfant (de fait !). Elle finit même par dire que pour elle, perdre un enfant la conduirait à la folie et certainement au suicide. Et il n'a pas été difficile de deviner un schéma de pensée dramatique du style « Enfant égal blessure mortelle du cœur ». Un schéma qui ne peut prendre forme qu'à la suite d'un traumatisme vécu ou transgénérationnel. Ce qui était certainement le cas en l'occurrence. Puis nos regards se croisèrent, des larmes coulaient de ses yeux (preuves qu'elle avait parlé avec son cœur qu'elle avait entrouvert un instant sur cette question). J'ai pu lire dans son regard qu'elle avait réalisé qu'une partie d'elle-même bloquait la situation, verrouillant son corps. Je pu lire dans ses yeux qu'elle savait que j'avais compris. Je savais qu'elle mettait un veto absolu sur la question d'avoir un enfant... Mais elle se ressaisit rapidement et changea de conversation, éludant la question. Une partie d'elle-même traumatisée ne voulait d'enfant à aucun prix et la peur était si grande que malgré la tristesse, elle tiendrait sa position.

À sa décharge, lorsque le cerveau reptilien entre en jeu, c'est toujours lui qui emporte la décision finale qui est sans appel. Cette partie la plus ancienne de notre cerveau est chargée de nous garder en vie. Hors si un danger (réel ou non, le cerveau ne fait pas la différence) se présente ou risquait de se présenter, notre cerveau reptilien ordonne la fuite, et sa décision est irrévocable ! Par la suite, cette amie se fit plus rare et bien qu'elle ait perçu qu'un travail aurait sans doute pu changer les choses, on n'en reparla plus jamais.

Jean-Yves. Anne-Lise était une étudiante dans mon cours sur la sonothérapie « Les Sons Essentiels » au début des années 2000. Elle avait une clinique de médecine ayurvédique en Suisse dans un très beau domaine viticole. De plus, elle jouissait d'une excellente réputation. Et au début de l'été, à la fin du cours, elle nous annonça qu'elle allait se marier. Cependant, elle ne semblait pas si ravie que cela... Elle finit par nous dire qu'elle allait déménager en France dans la région bordelaise, super ! Mais qu'en fait, elle y allait pour épouser un homme paraplégique, Jean-Yves ! Cette annonce ne manqua pas de plomber un peu l'ambiance mais chacun fit de son mieux pour positiver la situation. Elle était manifestement gênée car l'homme n'apparaissait pas d'évidence comme le meilleur des partis... Pourtant, nous avons tous salué son courage et la force de l'Amour... Et puis, Anne-Lise partit et le temps passa.

Deux ans plus tard, je recroisai Anne-Lise en Suisse et je lui demandai de ses nouvelles. Son visage se figea surtout quand je lui demandai comment allait son mari. « eh bien, j'ai dû le quitter ». Connaissant Anne-Lise, il avait fallu que quelque chose de grave se produise pour qu'elle rompe ses vœux de mariage. « Quand je suis arrivé à Bordeaux, nous avons tout organisé et nous nous sommes mariés à l'automne. Et dès que j'ai pu, j'ai commencé à soigner Jean-Yves en médecine ayurvédique. Il allait de mieux en mieux et le traitement marchait bien. Si bien qu'à peine 6 mois plus tard, un matin Jean-Yves s'est levé de son fauteuil roulant et à tenter de faire quelques pas. Nous étions enchantés et j'étais tellement heureuse comme tu peux t'en douter ! Et de jour en jour, il a commencé à remarcher presque normalement. Pourtant, je voyais bien que quelque chose n'allait pas et le nombre de canettes de bière vides dans la poubelle m'a alerté ! Et le soir même, quand je suis rentré à la maison, j'ai trouvé Jean-Yves assis dans son fauteuil roulant ! J'ai cru que mon cœur allait s'arrêter, j'étais sidérée et je sentis une immense colère montée en moi. Malgré tout, j'ai quand même trouvé la force de lui demander de s'expliquer. Et là, il m'a dit qu'il ne se sentait pas du tout à l'aise de ne plus être handicapé et considéré comme tel. Il ne savait pas vivre comme un homme normal, il était Jean-Yves l'handicapé et s'il remarchait, il se sentait Jean-Yves le « rien du tout » ! De plus, il touchait une pension substantielle en tant qu'handicapé et qu'il allait la perdre. Non, décidément, c'était trop difficile de devenir normal, il préférait son fauteuil roulant, c'est comme ça qu'il se sentait le mieux et ce changement inespéré ne lui apportait rien de bon !

J'étais abasourdie d'entendre une chose pareille et furieuse de n'avoir rien vu venir. Je lui ai dit que s'il décidait de se rasseoir sur son fauteuil, j'allais partir et le quitter. Mais il a préféré son fauteuil et son statut d'handicapé, alors je suis parti !

Anne-Lise avait fait un travail sur le plan moteur et thérapeutique qui relève du miracle. Mais toutes les « parties » de Jean-Yves n'étaient pas alignées avec l'idée de devenir « normal », lui qui était handicapé par essence. Son handicap lui fournissait sa véritable identité dont il semblait tirer davantage de bénéfices que d'être « normal ». Mais comment soupçonner qu'un paraplégique était attaché à son handicap et ne désirait pas plus que tout au monde s'en libérer ?

En conclusion :

Il est facile de passer à côté **d'une absence d'alignement** et de cohérence entre les 4 plans de l'être (Corps, Cœur, Mental et Esprit) sans lesquels aucune guérison ne peut être complète ni durable !

* * * *

10. Activation / Harmonisation des Chakras

Nous reparlerons des chakras en détails plus tard mais voici une manière simple de les activer et de les harmoniser. Si ce n'est pas la meilleure, elle viendra avantageusement compléter un soin énergétique.

Notez qu'il est bon d'activer chaque chakra avant de les harmoniser tous ensemble, c'est-à-dire de bien rétablir la circulation entre chaque chakra et de veiller à ce que chacun d'eux reçoivent une quantité égale d'énergie. Tout ceci est un peu théorique et schématique, la réalité est nettement plus subtile.

Activation de chaque chakra

Chakra Cœur - 4 - Bien que cela ne soit pas conventionnel, j'aime bien commencer par le chakra cœur pour la raison que son fonctionnement consiste essentiellement à rayonner et que nous allons utiliser cette propriété remarquable pour activer les autres.

Activation pratique :

1. Le thérapeute bien ancré et bien aligné, fait appel à l'énergie cosmique ou divine et utilise sa main gauche (qui reçoit) tendue vers le Ciel pour la capter comme une parabole. Il peut être amené à chercher la meilleure orientation, là où il a l'impression que « ça capte » le mieux.
2. Ensuite, il place sa main droite à 5 cm au-dessus du chakra Cœur de son patient. Car contrairement à une idée reçue, l'énergie cosmique ne rentre pas que par le chakra coronal mais par le centre de chaque chakra également et particulièrement celui du cœur.
3. Et il « remplit » simplement le chakra cœur de Lumière divine ou cosmique. Je préconise d'inviter le patient à prendre part à ce processus en sollicitant également l'énergie divine et en se mettant dans une attitude d'accueil et de gratitude en même temps. Il a aussi besoin d'ouvrir son cœur et de laisser agir cette « compréhension plus vaste » qui fait partie de l'éveil spirituel. Il n'est pas nécessaire de « comprendre » mais d'accueillir ce qui se présente sans préjugé ni idée préconçue avec cette capacité d'émerveillement qui éclaire l'âme et cette compréhension justement (nous y reviendrons).
4. Lorsque le thérapeute sent que le chakra Cœur est suffisamment alimenté, il peut passer au chakra du Plexus solaire en amenant lentement sa main droite au-dessus. Et en faisant plusieurs allers-retours afin de nettoyer le canal qui relie les chakras entre eux. Une fois ce chakra suffisamment nourri, le thérapeute enchaîne avec le chakra gorge sans oublier de nettoyer le canal entre Plexus / Cœur et Gorge.
5. Puis il redescendra au 2^{ème} chakra, le Hara, toujours en veillant bien à nettoyer et ouvrir le canal entre les chakras en faisant plusieurs allers-retours entre Gorge et Hara.
6. Une fois le Hara bien rempli, il remontera au chakra du 3^{ème} Œil en le nourrissant comme les autres en ayant soin de bien nettoyer le canal.

7. Puis il descendra au chakra racine qui demande un peu plus de temps pour se remplir à cause de sa fréquence lumineuse plus basse.
8. Pour finir, le thérapeute remonte au chakra coronal à partir duquel il pratiquera l'harmonisation. C'est-à-dire que depuis le 7^{ème} chakra, il enverra l'énergie cosmique dans le chakra coronal... puis dans le 3^{ème} Œil... avant d'aller au chakra Gorge en veillant à bien équilibrer les « doses »... pour descendre ensuite au chakra Cœur... puis au chakra du Plexus... pour arriver au 2^{ème} chakra en veillant bien à l'équilibre entre les chakras... pour finir au chakra racine.
9. On peut parfois repasser une 2^{ème} fois depuis le chakra Coronal jusqu'au chakra Racine pour valider la vivacité et la quantité d'énergie dont dispose chaque chakra à présent. C'est aussi l'occasion de rétablir ou renforcer la prise de Terre du patient quand on traite le chakra Racine.

Bénéfices

Cette harmonisation des chakras est importante pour la bonne circulation de l'énergie dans le corps. Elle apporte aussi un meilleur équilibre émotionnel et psychologique, une meilleure régulation hormonale, un meilleur fonctionnement des organes et des systèmes circulatoire, nerveux, digestif et respiratoire. Avec une action positive sur l'équilibre entre les systèmes sympathique (actions) et parasympathique (repos, digestion, restauration d'énergie).



Le Pouvoir des Questions

Naturellement, lorsque vous recevez un patient, vous allez le questionner. Mais bien souvent, il arrive que cela parte un peu dans tous les sens surtout si le patient a tendance à beaucoup parler.

Poser des questions ne sert pas qu'à faire parler le patient ou à le relancer... **Poser des questions est une stratégie** qui doit être préméditée. Et quand vous posez enfin la bonne question, vous voyez la personne se transformer sous vos yeux. Clairement, des connexions se sont établies dans son cerveau et cela vient bouleverser sa façon de penser et de voir les choses. C'est fondamental et souvent le début, on pourrait dire le « déclic » d'un premier pas (de géant) vers la guérison.

La réponse n'est pas toujours le plus important

Si je vous demande : « Que ressentez-vous dans votre ventre à présent ? », vous allez consciemment inspecter cette zone même si à cet instant, vous n'avez pas vraiment de raison de vous inquiéter de votre ventre.

En effet, le cerveau ne peut se soustraire à une question, il ne peut pas l'occulter, il lui faut trouver une réponse. Et en tout cas, il va en chercher une sans relâche.

C'est la raison pour laquelle les (bonnes) questions sont aussi puissantes. Elles conduisent le patient à se focaliser sur un sujet en particulier et à fouiller dans sa mémoire ou dans ses sensations plus profondément. Et même si vous n'obtenez pas de réponse à votre question (« *Que vous est-il arrivé quand vous aviez 8 ou 10 ans ?* »), son cerveau va lancer une recherche qui n'aura de cesse de trouver une (la) réponse !

C'est la principale raison (hormis le plan strictement énergétique) qui vous fera dire que « *ça va travailler encore 2 ou 3 jours et éventuellement dans vos rêves* ». À ce propos, des questions ciblées dont la réponse est d'importance majeure peuvent même ressurgir et influencer vos rêves !

Vous vous retrouverez souvent à poser des questions dans le but d'obtenir des réponses. Or le but des questions n'est pas de VOUS conduire à examiner les choses mais plutôt de conduire votre client à réfléchir.

Puisque les questions amènent à creuser un sujet au-delà de la surface et des apparences.

Poser la « bonne » question

En effet, il y a « question » et question. Poser trop de questions amène à un dialogue et le but n'est pas là. Le but est de faire réfléchir le patient. C'est-à-dire l'amener à la prise de conscience qui le mènera inmanquablement vers la guérison. Une question puissante mène souvent au silence (que vous devez respecter) car le patient est en train de modifier son schéma de pensée et si vous voulez aller trop vite, vous aller briser ce processus précieux. Laisser les silences être... ils sont souvent beaucoup plus productifs que d'innombrables paroles !

Les pièges classiques

Le premier piège est de poser des questions plus ou moins consciemment **pour vous permettre de trouver la solution** ou le point de blocage. Or le but des questions est de permettre à votre patient de le découvrir par lui-même.

Le second piège est de répondre à la place de votre patient parce que vous connaissez (peut-être) la « bonne réponse » !

Voyez ce questionnement comme un moyen d'amener le patient à reconsidérer les choses sous un jour nouveau, à l'aider à changer son point de vue et/ou à réinitialiser ses schémas de pensée.

Car, rappelons-le, la vie du patient n'est que le reflet de l'histoire que le patient se raconte qu'elle est !

Poser des Questions Puissantes

On évitera le plus souvent les questions « orientées » qui suggèrent plus ou moins la réponse :

- *Vous êtes en colère ?*

Une question neutre permet au contraire au patient d'examiner son champ émotionnel ou ses sensations :

- *Que ressentez-vous ?*

Bien que ce type de question puisse paraître un peu vague, elle n'en est pas moins puissante et fera avancer le patient dans sa prise de conscience.

Les questions fermées permettent au patient de se positionner. Quand le patient a du mal à avancer dans sa prise de conscience, cela s'avère très utile :

- Qu'est-ce qui est le mieux pour vous, partir ou rester ?
- Vous vous sentez mieux aligner avec cette option ou avec l'autre ?

La question fermée **doit faire référence à des options évoquées par le patient** au cours de l'entretien et non à des solutions que vous envisagez vous-même en tant que thérapeute !

Les questions qui commencent par Pourquoi

Ce sont aussi des questions pièges car c'est ainsi que la plupart d'entre nous réfléchit : « Mais pourquoi il m'arrive ça ? », « Pourquoi je n'arrive pas à m'en passer ? ».

Cela signifie qu'en utilisant de telles questions, nous obtiendrons souvent une réponse que le patient s'est déjà apportée à lui-même. Peu productif donc, et prolixe en justifications diverses...

Les réponses ne révéleront que l'état dans lequel se trouve votre patient, ce qui peut être efficace au début d'une consultation pour comprendre sa situation. Mais ensuite, il faut avancer et lui montrer qu'un nouvel angle de vue est envisageable et la question « pourquoi » perd donc de son intérêt.

Les questions qui commencent par « Comment »

Ce sont des questions puissantes car elles invitent le patient à faire appel à ses ressources et à ses idées. Elles l'amènent aussi à devenir acteur de sa guérison :

- Comment allez-vous vous organiser pour faire cette séance de visualisation 3 fois par jour ?
- Comment aborder votre enfant intérieur pour qu'il pardonne à sa mère ?

Cela diffère beaucoup des questions commençant par « est-ce que » qui ouvrent un champ parfois trop large :

- Est-ce que vous pouvez déménager ?

Versus :

- Comment vous pouvez vous organiser pour déménager ?

Dans ce cas, le déménagement est déjà intégré, il faut juste clarifier l'organisation. Avec la première question, vous risquez fort d'obtenir un « non » ! Et quand le patient en est arrivé lui-même à la conclusion que son logement ne lui permettait pas de s'épanouir, la 2^{ème} question est pertinente (mais seulement s'il a lui-même émis cette idée au préalable grâce à vos questions).

Je rappelle une fois encore que : Toute Guérison commence toujours par un petit ou un grand changement dans la vie du patient (un déménagement par exemple).

L'art de pivoter ou de surprendre

Il arrive parfois que l'on tourne en rond souvent pour la raison que le patient répond mentalement, coupé de son corps et de ses émotions. Depuis tout petit, on nous a appris à « réfléchir » et donc à envisager le monde, les gens, les situations, nous-mêmes avec logique, analyse et réflexion. Combien de fois vos parents ou vos professeurs vous ont dit quelque chose comme : « Ressens les choses... », « comment ressens-tu cette situation ? ». « Dans quelle partie de ton corps ressens-tu cela ?... ».

Alors qu'un enfant contrarié ou blessé dans son cœur, viendra directement donné son ressenti « maman, j'ai mal au ventre », l'adulte entamera toute une réflexion et commencera à **trouver des justifications** puis cherchera des réponses à l'extérieur plutôt que de les chercher à l'intérieur...

Alors, quand vous sentez que la personne n'arrive pas à s'exprimer avec son cœur (voire son corps), aidez-la à pivoter face à une situation :

- Pense à cette situation... Penses-y très fort... Quand tu penses à ça, où est-ce que tu le ressens dans ton corps ? Ou, qu'est-ce que

ça te fait ? Et comment tu te sens face à ça, quelle est l'émotion que tu ressens le plus ? Y en a-t-il d'autres ?

Et là de 2 choses l'une, soit la personne a déjà un bon contact avec son corps et elle va vous dire où elle ressent les choses. Soit la personne ne saura pas vous dire où elle ressent les choses. Dans ce cas, interrogez-la sur les zones suivantes qui sont

les zones les plus souvent impactées

- **Le ventre**
- **Le plexus solaire (estomac)**
- **La gorge**
- Le dos, les épaules...

D'autre part, **reconnaitre et sentir ses propres émotions** est déjà pour le patient, un grand pas en avant vers la guérison.

Surprendre

Comme cela arrive bien souvent, imaginons que la patiente ait des relations conflictuelles avec son père, voire plus de relation du tout. Elle aura sûrement donné tout un tas de justifications à cela, pourtant c'est en elle que réside le problème alors qu'elle est persuadée que le problème vient clairement de son père... classique !

Dans ce genre de situation, il est impossible de lui faire changer d'avis tellement l'évidence s'impose d'elle-même ! En d'autres termes, si l'on reste sur le plan mental, rien ne se passera. Au mieux, on pourra calmer la colère (Bols Tibétains, Tambours, etc.).

Il faut donc passer par un autre chemin. Essayons celui du cœur !

Après une petite séance de relaxation pour justement sortir du mental.

Premier élément : la temporalité

- Depuis quand le problème existe avec votre père ? Vous aviez quel âge ? *Là, on déplace le problème dans le temps afin d'échapper à toutes les histoires récentes qui sont venues nourrir le conflit.*
- Et avant ça comment était votre père avec vous ? *ici, on essaye de voir si les choses étaient différentes avant. Cela pourrait être un*

point de départ intéressant pour aider la patiente à porter un autre regard sur son père...

2^{ème} élément : Observer d'un point de vue hors de soi

- Maintenant, imaginez que vous sortez de votre corps... et que vous rentrez dans le cœur de votre père, que ressent-il ? Quel est l'état de son cœur maintenant que vous êtes dedans ? *ici, le but est d'aller au-delà des apparences qui ne montrent que la manifestation d'une cause qui reste bien cachée. Et pour cela, on déplace l'observateur hors de lui-même concrètement afin qu'il voit les choses d'un autre point de vue au sens propre du terme.*

La patiente : « Eh bien, je vois que son cœur est très en colère... et triste aussi... il y a comme une sorte de chagrin et de l'amertume, je crois ».

3^{ème} phase : responsabilisation / métamorphose

- À ce stade, le thérapeute s'arrange pour faire en sorte que la patiente devienne la thérapeute. Cela lui fait ressentir une sorte de pouvoir et de responsabilité tout en renforçant sa confiance en elle.

Le thérapeute reprend :

- Et qu'est-ce que cela vous fait percevoir et ressentir en même temps ? *C'est là que la patiente/thérapeute se met à explorer le cœur de son père. Le but est une prise de conscience de l'autre (réputé le méchant) envisagé non pas à travers ses comportements (détestables) mais dans sa souffrance, son isolement, l'incompréhension totale des autres qui justement le jugent toujours à travers ses comportements. Cela va permettre à la patiente de ressentir au moins un peu de compassion et surtout de **donner un sens** à ce qui a pu se passer, c'est l'élément clé qui permettra de transcender la réalité et peut-être de pardonner ou au moins de supprimer une grande partie de la charge émotionnelle liée au vécu de la patiente.*
- Et que lui a-t-il manqué cruellement à votre père, ressentez-le ? *ici, on creuse pour atteindre la source (prévisible) du problème.*

La patiente : « Eh bien, peut-être qu'il ne s'est pas senti respecté dans son travail, comme s'il voyait que personne ne reconnaît sa valeur. Il se sent rabaissé et incompris et ça le met très en colère ».

- Je comprends mais que lui a-t-il manqué à votre avis ? *ici, on continue à creuser car la patiente a besoin de cheminer et de laisser le processus changer ses perceptions.*

La patiente : « je crois que mon père se méprise... ». *Des larmes coulent sur les joues de la patiente et c'est très bon signe car cela signifie que le mental est hors-jeu et que c'est désormais avec le cœur que nous traitons. Rappelons que l'amour est capable de transformer bien des souffrances.*

Elle ajoute : « mon père ne s'aime pas, en fait, je crois qu'il ne s'est jamais aimé... et il n'aime pas sa vie... ». *Un silence assez long suit cette déclaration. Il est bon de respecter ce silence qui correspond à l'accomplissement du processus de transformation interne de la patiente même si l'on ignore ce qu'il se passe réellement en elle. Nous ne pouvons que lâcher prise à ce niveau et lui faire confiance.*

- Je comprends. À présent, qu'est-ce que cela vous fait de ressentir que votre père ne s'aime pas ?

La patiente : « j'ai de la peine pour lui... je ne savais pas, je n'avais pas compris... »... *Encore un silence...* « je sais maintenant d'où viennent toutes ces paroles méprisantes qu'il m'adressait... et je crois qu'il déverse tout le mépris qu'il a de lui sur moi »... *Silence...* « mais ce n'est pas moi qu'il méprise en fait... je ne suis qu'un miroir pour lui ». *Un grand pas est franchi car la patiente a compris que la méchanceté et le mépris de son père n'étaient pas tournés vers elle.*

- Oui, je crois bien que vous avez raison, comme cela arrive souvent (on minimise les choses) votre père projette sur vous ses propres souffrances. Cela n'excuse rien mais...

4^{ème} phase : le déclic !

- Et si vous demandiez au cœur de votre père s'il vous aime, comme ça de cœur à cœur ? *À présent, le moment semble opportun pour faire basculer l'ancien scénario (l'histoire qu'elle se racontait) vers un nouveau scénario beaucoup plus léger avec cette couleur qui change tout ; l'Amour (ou au moins un peu d'amour).*

La patiente : « j'ai... » *elle ne peut pas parler car les sanglots bloquent sa gorge serrée. Je l'invite à libérer ses sanglots et à laisser s'exprimer ce qu'elle a besoin d'exprimer à travers ses larmes. Mais la partie est gagnée car tout ceci porte la signature de l'Amour, qu'il soit nommé ou non !*

« oui, mon père m'aime... je le vois bien maintenant... mais j'aurais tellement voulu qu'il me le dise... cela m'a tant manqué... » *Encore des larmes et un silence d'intégration. Mais ces larmes sont des larmes de compassion envers son père et envers elle-même. Et il est nécessaire de laver toutes les souffrances accumulées depuis des années et les larmes y participent activement.*

Le thérapeute (avec beaucoup de douceur) reprend :

- Je comprends, l'amour d'un père est très important pour un enfant mais au final, votre père vous aime, d'une drôle de façon, certes mais il vous aime. **Et n'est-ce pas ce qui compte le plus ?** *Ici le thérapeute reformule et synthétise ce qui vient de se passer pour rendre les choses plus claires et plus faciles à intégrer. Tandis que la dernière question tend à marquer la victoire, le plus important est acquis !*

La patiente : « Si... c'est vrai... »

- À présent, je vous laisse sortir du cœur de votre père et regagner votre propre corps... prenez le temps de le faire. Faites-moi juste un petit hochement de tête quand vous aurez joyeusement réintégré votre corps.

* * * *

Questionner en énergie riche

On a vu que poser des questions puissantes et stratégiques était la clé. Maintenant, un dernier élément reste à prendre en compte, c'est votre intonation qui elle-même découle de votre énergie.

Soyez conscient que votre énergie se perçoit, s'entend et toute la force de la question peut se perdre dans un manque d'intensité ou d'intention !

Prenez soin de bien vous aligner et de vous mettre en énergie riche (fréquence élevée) avec une belle ouverture d'esprit et une intuition à fleur de peau avant de travailler avec un patient. C'est la qualité de votre écoute, celle du cœur qui vous fera trouver LA question qu'il faut poser maintenant.



Le VAKOG

Ou comment rendre une visualisation beaucoup plus « réelle » ?

Que ce soit pour vous-même ou pour accompagner un patient, vous aurez souvent recours à la visualisation. Le problème est qu'une image visualisée reste fragile et volatile. Mais le plus gênant est qu'elle reste au niveau mental.

Du coup, pour enrichir l'expérience et la rendre bien réelle, nous aurons recours à nos 5 sens : **V**isuel, **A**uditif, **K**inesthésique, **O**lfactif et **G**ustatif qu'on abrège par son acronyme : VAKOG ! Et comme nous savons que le cerveau ne fait pas la différence entre ce qui vient des perceptions de nos 5 sens et ce que nous lui suggérons par l'intermédiaire de nos 5 sens, nous pourrions amener notre patient (ou nous-même) à prendre ces suggestions pour argent comptant.

Le VAK

Il arrivera souvent que les sens olfactif et gustatif n'aient pas lieu d'être lors d'une visualisation. Raison pour laquelle, assez souvent, nous n'utiliserons que le VAK qui regroupe les 3 sens les prédominants (visuel, auditif et kinesthésique).

Voici un exemple simple :

- Si je vous dis « Je suis allé à la plage cet après-midi... », vous allez me répondre : Ok, et quoi d'autre ? car en vérité cela ne vous inspire pas grand-chose.

En revanche, si je vous dis :

- « Cet après-midi, en arrivant à la plage, j'ai retiré mes baskets, et j'ai marché sur le sable. Je sentais le sable s'enfoncer en grinçant (A) sous mes pieds (K). Le sable était tiède à la surface et plus froid en dessous (K). Plus j'avancais, plus je sentais le parfum iodé (O) de la mer qui était dissimulée par la dune (V). Et tout à coup, j'ai senti le vent balayer mes cheveux (K) et la mer est enfin apparue avec les reflets argentés du soleil (V) sur l'eau frémissante. J'entendais les vagues se fracasser sur le sable (A) et j'ai couru jusqu'à l'eau pour y tremper les pieds.

- Je sentais la fraîcheur de l'eau sur mes chevilles et le sable mouillé rafraichir mes pieds (K). Puis j'ai senti la caresse des embruns sur mon visage et le sel sur mes lèvres (G) ; je me sentais ragaillardi et heureux (K) comme un gosse...

Maintenant c'est à vous. Faites-nous vivre une expérience concrète en nourrissant votre récit de détails qui excitent nos sens. Et entraînez-vous pour vous habituer à donner ce genre de détails qui changent complètement les perceptions de vos auditeurs et qui leur procurent une expérience beaucoup plus riche et intéressante !



Guérison sur les 4 plans

Comme vous le savez déjà, l'être humain existe sur 4 plans.

- Physique, le corps
- Émotionnel, le cœur
- Mental, le cerveau
- Spirituel, l'âme ou le « Moi supérieur », le Soi (K.G Jung).

Beaucoup de thérapeutes se sont spécialisés dans le traitement de l'un de ces 4 plans, parfois dans deux d'entre eux, rarement plus... Or, il se trouve que ces 4 plans sont régis par des lois de fonctionnement différentes. Si bien qu'il est (presque) impossible de traiter les 4 plans d'un coup. Tout se passe au niveau de l'énergie et du plan vibratoire de chaque plan.

Gardez toujours à l'esprit que **ces 4 plans sont intimement co-dépendants**. Dès que l'un d'eux est impacté d'une manière ou d'une autre, les 4 plans sont touchés.

Le corps possède la vibration la plus lente, bien qu'il est bon de distinguer sa fréquence énergétique propre (corps physique) et celle des corps subtils (éthérique et émotionnel). Notez que cette vibration plus lente est nécessaire et bienvenue pour animer la partie incarnée de l'être, la matière. Un vaste ensemble de techniques permettent de traiter le corps. Vous spécialiser dans l'une d'elle entraîne la nécessité d'envoyer vos patients chez des confrères/consœurs capables de traiter les autres plans. Y compris chez le médecin quand le corps a été abimé parce que nous intervenons trop tard pour l'éviter. Dans cette formation, il est question essentiellement des soins énergétiques.

* * * *

Le Cœur est la partie de nous-même qui ressent. En revanche, elle n'interprète pas ce qui se passe. Sa caractéristique principale est d'aimer et de ressentir de grandes souffrances en l'absence d'amour ! Ces souffrances vont altérer les pensées (mental), le fonctionnement des systèmes du corps physique ; respiration, digestion (ça me reste sur l'estomac), circulation et pression sanguines. Pour finir par troubler la paix et obscurcir l'accès à la Lumière de l'âme. Il est bon de noter que c'est le plan qui vibre sur la plus haute fréquence de l'être tout entier.

* * * *

Le mental est le plan le plus accaparant et celui dans lequel la très grande majorité des personnes habite ! Il est prodigieux et indispensable pour l'analyse, l'interprétation, le calcul, la visualisation et son extraordinaire capacité de synthèse. Cependant, même s'il est prompt à vouloir interpréter les émotions, il est incompétent en la matière et nous fait prendre de très mauvaises décisions dans ce domaine. D'autant, qu'une partie de notre mental s'invite systématiquement à la fête : l'ego !

Selon les statistiques concernant les premières causes de mortalité au monde, « les accidents et les suicides prédominent entre 15 et environ 45 ans. Après 45 ans, le cancer constitue la principale cause de décès. Cette place revient aux maladies cardiovasculaires à partir de 80 ans environ ».

Pourtant, il est étonnant de prendre conscience que **l'ego est de tout temps la cause la plus nuisible à l'être humain !** L'une des prérogatives du thérapeute est d'ailleurs d'aider son patient à faire la part des choses entre l'ego et le cœur car

Où il n'y a pas d'Amour mais seulement de l'ego, il y a toujours beaucoup de souffrances !

Remarque : lorsque le mental manque d'informations sur un sujet de préoccupation, il va systématiquement se mettre à combler les vides par le pire des scénarios. Rappelons-nous que notre esprit possède un goût immodéré de la tragédie et qu'il semble s'en nourrir. Paradoxalement, de nombreuses personnes se sentent plus vivantes en situation de crise même s'il s'agit d'une crise imaginaire. Comme si cela venait meubler un

vide chronique souvent lié à l'abandon du « Soi » véritable (l'âme), qui mène invariablement à la dépression !

Ainsi, la meilleure façon de traiter le mental est souvent de faire descendre l'énergie du mental vers le cœur. Les mots du cœur sont toujours des mots liés aux ressentis (puisque le cœur ressent). Bien souvent, s'exprimer avec le cœur purifie les pensées toxiques et modifie la façon de voir les choses de la personne. **C'est le pouvoir de transformation de l'Amour.**

Mais pour traiter le mental et mieux comprendre un patient, il est bon d'en connaître la signature et le mode opératoire.

Les deux empreintes indélébiles du mental sont sa volonté implacable de vous emmener dans le passé (nostalgie, regrets, rendez-vous manqués, bonheurs perdus). Avec une seule alternative, vous entrainer dans le futur avec toutes les inconnues que cela implique => peur, anxiété, refus du changement, etc.

Le mental n'a pas son pareil pour attirer votre attention qui se porte toujours sur le passé ou sur le futur

Amener le patient dans l'instant présent est la plus sûre manière de le sortir de sa tête et donc de son mental. Quelques pistes : relaxation, retour au corps (pleine conscience), conscience de sa respiration, méditation, yoga, etc.

Tandis que les deux empreinte / signature de l'ego sont la lutte sans pitié pour « **avoir le dernier mot** » et l'irrépressible **besoin d'avoir raison** !

* * * *

L'âme ou le « Moi supérieur » est la partie la plus mystérieuse et la moins tangible de l'être. D'ailleurs, pour certaines personnes, l'existence même de l'âme est remise en cause. Cela peut se comprendre et il n'y a aucun jugement à porter sur cet état de fait. Cela indique simplement que les « yeux du cœur » de ces personnes sont encore clos comme les vôtres et les miens le furent au début de notre chemin d'évolution.

Alors que les êtres veulent « faire, faire, faire... », **l'âme n'a qu'un souhait « être »**. Le silence et l'espace semblent être les voies royales pour rencontrer notre âme.

Raison pour laquelle, le désert nous procure facilement des expériences mystiques riches d'enseignements pour peu que l'on écoute son monde intérieur à cette occasion et que l'on soit prêt (préparé) à s'ouvrir à la Lumière qui abonde dans le désert.

Les Bols Tibétains dont « le son est le son de l'Akasha » (Yogi Bhajan) sont les jouets préférés de l'âme car ils possèdent le pouvoir d'élever notre fréquence vibratoire **qui nous ramène vers notre âme** et vers le Ciel.

Notre âme nous met en lien avec le Ciel, Dieu ou l'Univers. Elle constitue la part de Lumière qui est sans doute notre partie la plus ancienne et la plus authentique. Puisque notre âme est hermétique au chant des sirènes de l'ego, de l'argent, de la gloire, du pouvoir et des possessions matérielles. Elle ne porte pas de masque et ne peut être formatée.

Si le cœur est Joie et Compassion, l'âme est Paix et Sérénité

Raisons pour lesquelles, notre âme est aussi notre meilleure conseillère malgré le fait qu'elle nous invite sur une voie de sagesse et d'humilité que bien peu d'entre nous ont réellement envie de suivre.

* * * *

En conclusion, il est très important de remettre les 4 plans en cohérence et de s'assurer que chaque plan a reçu les soins adaptés à sa nature. On utilisera souvent leur faculté de communication les uns avec les autres ; passage du mental vers le cœur et du cœur vers le mental. Passage des émotions vers le corps ou des douleurs du corps vers les émotions du cœur. Élévation de nos projets et de nos aspirations vers quelque chose de plus grand que nous !

