

Il n'y a pas de traitement pour guérir ! – partie 1

Le but d'un symptôme est d'inspirer un changement de comportement... Plus le symptôme est intense, plus la transformation interne nécessaire est urgente et radicale.

Ce concept simple et révolutionnaire est un des piliers fondamentaux du nouveau paradigme du bien-être. Le but d'un symptôme très intense est de produire une transformation immédiate et sans équivoque de qui vous étiez auparavant.

Plusieurs vont demander : *Mais quel type de changement dois-je faire ? J'ignore ce que mon corps, mon esprit ou mon âme me demandent !*

La première réponse à ça est *Oui vous savez. Vous savez exactement quel changement est nécessaire.* Le changement précis qui doit être fait est fort probablement quelque chose tout juste hors de la zone de confort de la personne que vous étiez avant la crise.

Tony Robbins, un expert en développement personnel, déclare brillamment qu'il existe 6 besoins humains fondamentaux que nous partageons tous. Ces besoins guident tous nos comportements et nos habitudes. Nous exprimons même des comportements malsains pour satisfaire ces besoins, tels que ceux qui se manifestent en dépression chronique, en colère, en accoutumance et en douleur. Tout ce que nous faisons est dans le but d'éviter de souffrir ou de « retirer quelque chose » afin de satisfaire au moins un de ces besoins humains fondamentaux.

Les six besoins sont la constance, la variété, l'importance, la croissance, la contribution et l'amour ou la connexion. Chaque personne demande une quantité variable de chacun de ces besoins à différents moments dans sa vie et certains des besoins sont plus importants pour une personne que les autres. Malgré tout, nous devons tous satisfaire chacun de ces besoins pour vivre et ce dans les bonnes proportions pour réellement retirer le maximum de notre vie.

Dr Epstein, à l'origine de l'Analyse Vertébrale Network, est parti des 6 besoins humains pour y inclure également le concept des symptômes et du besoin de changement subséquent que notre âme nécessite à différentes étapes des soins. Le type de transformation nécessaire est le plus souvent déclenché selon notre organisation neurologique, notre système nerveux contrôlant notre façon toute personnelle de vivre et de ressentir notre monde.

Le changement requis par notre symptôme ou la crise sera probablement hors de la zone de confort qui maintient ce comportement relativement automatique ou inconscient que nous manifestons. C'est un changement qui ébranle la constance (ou la sécurité inhérente) de nos habitudes et de nos routines, de ce que nous faisons à tous les jours; qui

dicte que vous devez reconsidérer le niveau de variété (ou de spontanéité) que vous vous permettez sur une base de moment à moment; qui ébranle l'importance que vous avez donné à la personne que vous vous considérez être; qui menace ce que vous considérez être le summum du possible dans l'éventail de votre amour et de votre connexion à votre corps/esprit/âme et à ceux des autres. Aller au-delà du symptôme vous demande de grandir plus loin que ce que vous permet actuellement votre système nerveux et votre façon de vivre le monde. Ultimement, avec cette croissance, un symptôme peut mener une personne à contribuer davantage aux autres qu'il aurait autrement été possible.

Avec chaque niveau de soins Network et chaque étape d'intégration, une plus grande profondeur de changement est nécessaire.

En niveau 1 et dans les étapes 1 et 2 d'intégration, la transformation nécessaire est généralement centrée autour d'un changement dans vos choix physiques, tel que votre mouvement, l'exercice, votre alimentation, votre posture, et le degré de feedback de votre corps physique dont vous êtes conscient.

En niveau 2 de soins et dans les étapes 3 à 7 d'intégration, la transformation nécessaire consiste à un changement dans la gamme d'émotions que vous pouvez percevoir, verbaliser, de même que dans votre gamme d'expression d'émotion et de la connexion entre votre corps et ces états émotifs.

En niveau 3 de soins et dans les étapes 8 à 10 d'intégration, la transformation est complètement différente et se fait pratiquement sans effort. Elle implique que votre cœur devient la porte d'entrée de votre âme. Il y a un changement dans la façon avec laquelle vous vous percevez vous-même et les autres en tant que personnes, pas seulement en tant que « rôles » (voisin, père, plombier, etc.). Il y a une expansion et un éveil aux actions basées sur l'amour, centrées sur votre âme et ce à chaque instant. Vos choix sont guidés par une connaissance interne, de la gratitude et de l'amour plutôt que par des réactions émotives, du charabia de votre esprit ou le besoin de contrôler l'environnement et/ou les autres pour combler vos besoins.

En niveau 4 et dans les étapes 11 et 12 d'intégration, la transformation nécessaire est la contribution aux autres et inversement, la réception et l'intégration des cadeaux des autres. Vous vivez maintenant la connexion entre les individus et les événements, et vous partagez cette connexion en célébrant la sagesse, l'interconnexion, l'unité de tout et de tous.

(la suite la semaine prochaine)