

## ***Mythe : pour guérir il faut comprendre « la cause »***

Plusieurs croient que pour guérir, il faut comprendre pourquoi on ressent tel symptôme ou telle maladie. Or pour guérir, pas besoin de comprendre ce qui ne va pas dans notre vie, ou qui nous a fait quoi dans le passé.

Si une personne se remet d'une crise cardiaque, est-ce que le fait d'essayer de trouver ce qu'elle a fait de mal ou qui lui a fait du tort va aider sa guérison ? Je ne crois pas. Je crois plutôt que cette personne a besoin de se reposer et surtout de reposer son esprit qui n'arrête pas de penser une minute...

La réalité est qu'on ne peut pas savoir ce qui a mal été ou comment on a fait pour en arriver à notre situation présente jusqu'au moment où on le *vive* dans notre propre biologie. Sans compter qu'on parle rarement de « la » cause. Pourtant les gens nous demandent tout le temps ce qui a causé leurs problèmes. Je me permets une question :

Un homme saute par la fenêtre du 13<sup>e</sup> étage d'un hôtel et s'écrase sur l'asphalte. Quelle est la cause de la mort ? C'est évident : la chute !

Ah oui ? À première vue, c'est une bonne suggestion. En voici quelques autres : c'est l'asphalte qui est trop dure; c'est la fenêtre qui n'était pas fermée; c'est le monsieur quand il est tombé à travers la fenêtre par accident; c'est l'alcool que le monsieur avait pris avant de tomber; c'est à cause de sa femme qui venait de le laisser; c'est à cause de son frère qui savait que le monsieur était déprimé mais qui l'a laissé seul quand même; c'est à cause de ses parents qui ne lui ont jamais appris la façon pour réussir en couple; et patati et patata. Quelle est la cause ?

Personne ne sait vraiment. Je crois qu'il y a toujours une multitude de causes, mais on ne met généralement notre attention que sur celles qui font notre affaire. C'est beaucoup plus facile de blâmer le fait de s'être « mal penché » hier pour avoir mal dans le dos, que d'avoir une vision élargie de la situation.

De toute façon, on ne peut pas voir la forêt si notre attention est sur un arbre. De la même manière, on ne peut pas voir le côté positif d'un traumatisme, d'un symptôme ou d'une maladie à partir de notre souffrance. Albert Einstein disait qu'on ne peut pas résoudre un problème avec le même niveau de conscience qui l'a créé au départ. La haine ne peut pas résoudre la haine, la colère ne règle pas la colère, et la confusion ne résout pas la confusion. La résolution peut survenir uniquement si on parvient à se sortir du contexte de la situation qui nous dérange.

Pendant le processus de guérison, on parvient à prendre du recul et se distancer de notre situation afin d'avoir une perspective nouvelle. C'est seulement à ce moment qu'on peut augmenter notre conscience et voir la « grande image ».

C'est pour cette raison que lorsqu'on se chicane avec son conjoint, il faut qu'au moins une des deux

personnes en cause prenne une pause et aille prendre une marche quelques minutes afin de respirer tranquillement. Une fois qu'on est calme, on peut résoudre la situation avec une perspective autre que la colère ou la furie. Lorsqu'on calme notre esprit, notre mental, notre pression sanguine baisse, notre immunité augmente, la guérison est plus facile, l'amour est un choix disponible.

C'est ce changement dans notre physiologie (les fonctions de notre corps) qui déclenche le changement dans notre conscience. Une fois que notre conscience a changé de focus, on peut découvrir et appliquer des idées nouvelles, mais *les idées nouvelles ne changent pas notre conscience ! Ça prend un changement dans notre physiologie d'abord pour qu'on puisse être en mesure de recevoir des idées nouvelles qui assistent notre guérison*. Avant que ceci ait lieu, on va résister aux idées nouvelles ou aux façons de faire différentes qui pourraient nous aider. Quand notre physiologie est suffisamment changée, on trouve même que les nouvelles idées ou les changements sont faciles à mettre en place. Comme le dit le dicton : Quand l'élève est prêt, le maître apparaît. Quand notre physiologie est transformée, une voix puissante à l'intérieur de nous nous dit « C'est maintenant le bon temps, je suis prêt à passer à autre chose ! » Voilà pourquoi les gens qui reçoivent des soins Network de niveau 2 nous mentionnent toujours ces beaux changements qu'ils effectuent : leur physiologie est maintenant plus saine, les changements possibles sont visibles et surtout, possibles !

Avez-vous déjà tenté d'intéresser votre conjoint à quelque chose de nouveau et de différent de ses habitudes ? Ça pourrait être un nouveau programme d'exercice qui fait des merveilles pour vous, ou les soins Network (je n'ai pu m'empêcher...) qui vous permettent de vous sentir plus jeune que jamais ? Vous vous dites « peut-être que si je lui donne un article de plus sur le sujet, ou un DVD de plus qui explique les bienfaits, il va changer d'idée ? » Il est probable que plus vous tentez de l'encourager dans cette direction, plus il y aura de tension dans votre couple. Et plus tard, alors que vous êtes couchés côte à côte dans votre lit, il vous dit qu'il est tombé sur une vieille amie qui lui a donné un article à lire sur un nouveau concept d'exercice, un article que vous lui avez déjà donné à lire ! Mais cette fois, il est excité à propos de cette idée nouvelle et a très hâte de l'essayer.

Qu'est-ce qui s'est passé ? Notre conscience ne peut écouter que ce qui est congruent avec la conscience qu'on a dans le moment. Qui nous sommes dans le moment présent détermine ce qu'on pense, qu'on sent, et qu'on fait. Quand notre processus de guérison et de croissance est assez avancé, on n'offre plus de résistance à ces idées ou façons de faire qui supportent notre développement. On les embrasse !