

plus de quinze ans, j'ai rassemblé les témoignages de guérison de maladies graves. Je ne pense pas avoir rencontré un seul cas de guérison durable basée sur un pilier unique. Il en faut toujours plusieurs. Mais par où commencer ? Quel levier utiliser pour faire bouger cette roue concentrique du mieux-être ? Le large cercle grisé du graphique ci-après représente le repos et les forces de guérison individuelles. Les compartiments représentent chacun une des ailes thérapeutiques, que ce soit l'oxygénation (par le sport, le yoga ou la simple gestion du souffle), l'alimentation, la pharmacopée (depuis les médicaments jusqu'aux compléments alimentaires en passant par les tisanes) ou la gestion du calme intérieur. Le tact du soignant consistera à savoir par quel angle commencer et comment progresser.

Petite particularité moderne : le calme mental n'est pas uniquement obtenu par la sophrologie. Il convient aussi de se distancier de la pollution digitale, faute de quoi la plupart des victimes d'EM/SFC qui en souffrent risquent de tourner en rond, misant leur dernier kopek sur telle ou telle technique revivifiante... en oubliant qu'ils gardent une flèche plantée dans la cuisse sous la forme du bain de champs électromagnétiques.

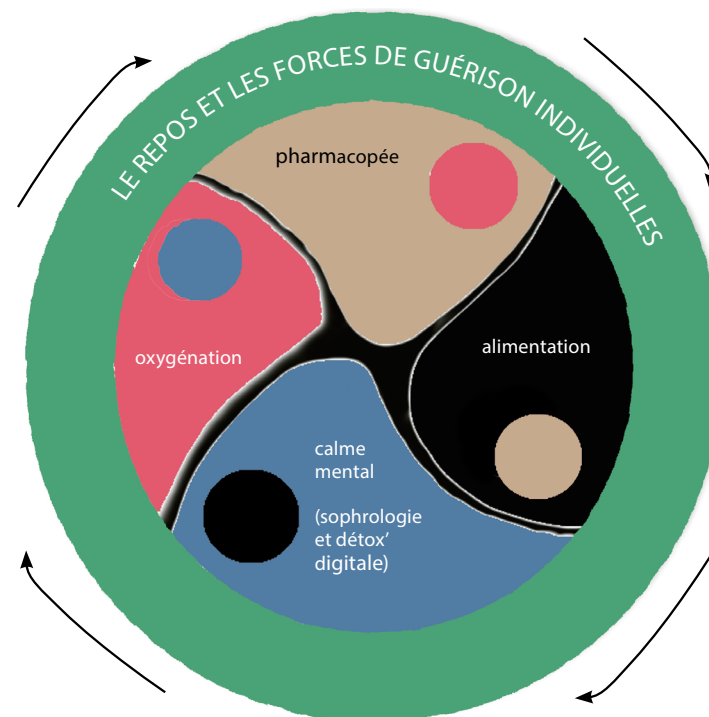


L'image du Gaulois sur son bouclier, porté par quatre hommes-lige, image que j'utilisais dans les premières éditions de ce topo dès 2009, n'est plus de mise. Elle est un peu trompeuse dans la mesure où, si l'on néglige l'un des quatre facteurs, on ne tombe pas à terre comme si l'un des Gaulois manquait à l'appel sous le bouclier royal. Je privilégie désormais l'image qui est reproduite à la page suivante.

Cette représentation en quatre pans est plus claire, dans la mesure où, comme dans le symbole yin-yang, une portion de chaque quadrant pousse l'autre de manière dynamique.

TROUVER LE BON LEVIER

Illustrons le discours de la page précédente. Par où commencer ? Imaginez que vous agissez avec un levier, qui fait tourner la roue des forces de guérison. Sur quel pilier agir pour amorcer le mouvement ?



Aucun pilier n'est plus puissant qu'un autre. Choisir une zone pour un bon démarrage dépend de la nature du sujet, de son état organique, de ses possibilités. Dès que la dynamique est amorcée par le bon pilier, une spirale concentrique positive s'amorce. Il suffira d'un petit coup de levier de temps en temps...