

# Le neuro-training comme voie de retour à soi



*Crédit photo Macha Mélanie, Atma Marie et 7licea*

**Marie Amara – Planton  
Promo 2019 / 2022**

*L'oubli de soi est la source de toutes les souffrances.*

*Ramana Maharashi*

Comment se fait-il que nous ayons besoin de tant d'exhortations, de tant d'avertissement, de toutes ces invitations pressantes et de toutes ces promesses de récompenses infinies pour nous persuader de nous examiner de plus près ? Pourquoi tous les gens intelligents et sérieux ne consacrent ils pas l'essentiel de leur vie à découvrir QUI vit ? Quand on leur pose cette question les personnes réfléchies s'excusent généralement en élevant un certain nombre d'objections. Elles ne sont pas du tout certaines que cette quête intérieure soit une bonne chose. Evidemment, elles conviennent toutes que nous avons besoin d'une connaissance suffisante de notre nature pour en faire le meilleur usage possible et bien communiquer avec les autres, mais la plupart pensent que l'investigation risque d'aller trop loin et de durer trop longtemps. « Connais-toi toi-même » est une excellente devise, mais jusqu'à un certain point, il ne faudrait pas en faire une obsession, une fin en soi, et surtout pas le but de notre vie... Quelle est donc cette peur qui entraîne chez la majorité des personnes une résistance à initier le changement que provoquerait la connaissance de soi ? Pourquoi avoir peur d'aller vers quelque chose qui nous rend libres et qui permet de faire tomber les voiles de l'illusion ? Peut être parce que cela nous amène à prendre responsabilité pour nous-mêmes et que le but à atteindre n'est pas un point précis mais le chemin que l'on prend pour y arriver et que tel l'horizon, plus on tend à l'atteindre, plus ce but s'éloigne ? En ce qui me concerne ce but est une évidence, aussi je voudrais en premier lieu remercier la Puissance de Vie qui me guide depuis toujours pour me donner le courage et la force de continuer ce chemin, d'en avoir fait une évidence et d'en organiser aussi bien les rencontres essentielles et fondamentales. Aussi je voudrais remercier José pour m'avoir transmis l'outil unique et fabuleux qu'est le neuro-training, mais aussi Chantal<sup>1</sup> pour son soutien, sa disponibilité et qui m'a aidé à mettre du sens dans cette technique et qui, grâce à ses stages de conscience de soi, m'a permis de comprendre comment tester avec efficacité et justesse, et l'importance de la vacuité qui mène au non-jugement. Merci à Christian pour nos longs échanges sur le sens de la vie et les textes sacrés, merci d'avoir accueilli mes expériences et compréhensions source de connaissances

---

<sup>1</sup> Chantal Charrasse, La voie du guerrier pacifique. (page facebook les chemins du bonheur)

spontanées avec ouverture et curiosité. Merci à Cédric de m'avoir donné confiance en moi, tu as toujours eu raison oui je sais déjà tout, oui je dois me faire confiance et oui la clé est la voie du milieu. Merci. Et puis merci à Alex, Karinne, Nico, Macha, Soraya, Corine, Murielle, Mireille, Salvador, Luc, Ibtissam, Saphia et Nawfel de continuer à nous faire grandir par notre soutien mutuel, nos partages et nos co-créations communes. Merci à Françoise de me relier à la vie et enfin merci à notre promo 2019 – 2022 parce que je trouve que nous sommes formidables et que nous nous sommes sous transformés et révélés.

*« Soyez vous-mêmes, les autres sont déjà pris » Oscar Wilde, l'âme humaine.*

La vie est une chose fabuleuse et merveilleuse quand nous trouvons le courage d'être soi, d'exprimer et de dire qui nous sommes réellement. Et du courage il en faut pour oser vibrer, rayonner sa singularité dans un monde qui tend à imposer un mode de fonctionnement, de pensée unique, de système de valeurs uniformisées. A l'heure de la globalisation comment oser dire sa différence ? Imaginez la pauvreté et la tristesse d'un monde où tout serait identique. En suivant ce modèle nous serions des clones, nous produirions les mêmes choses, suivrions les mêmes chemins, aurions les mêmes rêves et attentes, les mêmes espérances et aspirations. Assez angoissant comme vision du monde ! C'est pourtant exactement ce qui se passe dans nos écoles ; nous donnons à nos enfants à apprendre les mêmes choses à partir de modèles d'apprentissage et de transmission identiques, alors qu'ils sont différents. Il en est de même avec les écrans et les réseaux sociaux qui véhiculent un modèle identique et enfermant. C'est aux frontières de l'école que commence notre réel apprentissage : l'apprentissage de nous-même. Celui-ci nous invite à regarder en nous, dans notre histoire, nos émotions, nos systèmes de croyance et notre système cognitif pour découvrir nos limitations et nos peurs mais aussi nos aspirations, nos dons et aptitudes, nos passions, notre excellence, ce qui fait sens pour nous, notre essentiel et nos valeurs... En somme notre mode d'emploi personnel.

Il m'aura fallu beaucoup de temps et de patience pour arriver à comprendre que le jugement de l'autre ne peut altérer qui je suis. Beaucoup de temps encore pour concevoir, affirmer et dire mon essentiel, reconnaître et accepter ce qui me faisait me tenir à l'écart, dans l'observation et le silence. Je me suis vite isolée pour ne pas me confronter aux autres, pour ne pas devenir comme eux et perdre le sens de cet essentiel, pour pouvoir écouter cette puissance qui me guide et me pousse à chercher la Vérité. Ecouter cette puissance qui inlassablement nourrit ma curiosité et mon besoin de comprendre comment fonctionne le monde, la société puis l'homme dans son individualité et son rapport à l'autre. J'ai donc commencé par des études en droit puis en sciences politiques et obtenu un master 2. Une fois que ce besoin de comprendre la société a été nourri j'ai orienté mes recherches au niveau de l'individu dans son interaction avec lui-même et avec les autres. J'ai alors choisi de travailler

auprès des personnes âgées afin d'appréhender comment pouvait se passer la transmission des savoirs d'une génération à une autre. Je me suis retrouvée à faire de la gestion de cas complexes en pilotant et assurant le lien entre les différents professionnels et acteurs mais aussi en accompagnant les familles dans la relation avec leur parent âgé. Aider à faire accepter la perte d'autonomie, accompagner les fins de vies, commencer à entrevoir l'impact et l'importance des trajectoires biographiques sur la qualité de vie et le relationnel, sur les différentes pathologies... Quand cela ne m'a plus nourri j'ai repris des études et fait un nouveau master 2 en sciences de l'éducation avec pour sujet les enfants à besoins particuliers. Comment intégrer, accueillir et comprendre la différence, comment accompagner l'institution porteuse d'un objectif uniformisant et ces enfants différents et bien souvent porteur d'une invitation à s'ouvrir à autre chose, à voir autrement, penser différemment... En parallèle, une compréhension et intégration de dimensions et mondes plus subtils commençaient à faire jour ainsi que des soins énergétiques. Le corps devenait alors un ensemble à la fois visible et invisible, dense et subtil. Cette appréhension holistique du corps devenait, au fil des cognitions, de plus en plus complexe. Puis vint un point de rupture pour me faire passer un nouveau pallier de ce long chemin de retour vers soi.

### **Le point de rupture comme révélateur de nouvelles possibilités et de changement de paradigme.**

La phobie scolaire de ma fille m'a fait rencontrer le neuro-training. J'ai alors trouvé une technique qui venait fédérer de nombreuses connaissances que je possédais déjà avec de nouvelles ainsi que toute une richesse de compréhensions et interdépendances des différentes sphères du corps humain. J'avais déjà bien déblayé en moi des modes de fonctionnement aberrés et des croyances limitantes, mais le neuro-training a permis de passer des paliers supplémentaires en continuant à ôter des couches toujours plus profondes de mémoires, traumas, peurs, refoulements ainsi que des illusions me coupant de mon Etre profond. J'ai complété cela avec des stages ouvrant à la conscience de soi et cela m'a enfin permis de ne plus être dans la confusion de l'autre, dans la comparaison de ce qu'il traversait avec ce que j'avais traversé, dans la recherche d'une compréhension logique, dans l'observation et l'analyse permanente. Encore une fois cela a été l'occasion de sortir

d'illusions et de croyances magiques pour renouer avec ce qui est. Le temps du corps et son intelligence est enfin arrivé. Sortir de l'intellect, du mental pour orienter l'intelligence vers l'essentiel, au service des corps supérieurs pour s'ouvrir au lâcher prise de la vacuité et du non jugement. J'ai mis beaucoup de temps à opérer ce lâcher prise. J'avais un grand besoin de comprendre comment tout fonctionnait un peu à la manière d'un étranger qui découvre une nouvelle culture qu'il ne comprend pas. Et cela s'applique à la vie en général comme au neuro-training. Je prenais des notes sur les vidéos de démonstration des procédures avant de m'autoriser à les faire lors des pratiques. Je pensais à tort qu'une procédure était fermée et standard que le mal au genou voulait dire telle chose et le mal à l'épaule telle autre... Et puis j'ai fini par comprendre le fonctionnement. En neuro-training tout peut être déséquilibré par tout et tout peut être rééquilibré par tout. C'est le patient qui nous guide en fonction de son histoire personnelle, de ce qui fait sens pour lui. Il n'y a pas de solution type ni de séance type. Ce lâcher-prise se retrouve dans la rédaction de ce mémoire. Je me rends compte du chemin parcouru. Les mémoires j'en ai écrit trois déjà. Cela était pour moi un exercice de style très cadré, avec une structure répondant à des attentes académiques, un plan structuré avec des parties et des sous-parties, une bibliographie et une annexe... Longtemps je me suis pliée à ce jeu, car cela était un jeu pour moi d'écrire un plan à partir d'une problématique. Mais cette fois je n'éprouve pas le besoin d'un plan, les idées, mots, compréhensions me traversent et viennent s'organiser elles-mêmes dans une espèce d'arborescence ardue pour un cerveau habitués à une réflexion binaire, ordonnée et logique. Qu'est ce qui a initié ce changement ou cette évolution ? Deux ans et demi de neuro-training et un long travail archéologique de patience qui a enlevé séance après séance des voiles et entraves limitant l'expression de qui je suis. Auparavant j'aurais soumis mon analyse et compréhension en arborescence aux réponses et attentes académiques et institutionnelles. Aujourd'hui rédiger de cette manière est juste une évidence naturelle. Deux choix s'ouvrent alors à moi. Soit retravailler le texte en le conformant à un plan logique et binaire, soit le laisser tel qu'il est. Mais ces deux options ne sont pas satisfaisantes pour moi. En effet soit je suis naturelle au risque d'avoir une communication problématique avec ceux qui ont un fonctionnement différent du mien. Soit je musèle qui je suis et je répond aux attentes extérieures de ce qu'est un mémoire. Dans l'idéal j'aurais choisi une troisième alternative, celle de la voie du milieu qui uni et réunit les contraires en proposant deux versions de ce mémoire afin

que chacun trouve la forme d'expression qui lui est accessible et qui lui convient. Malheureusement par manque de temps je ne peux écrire que la première version, celle qui est pour moi une évidence fluide et facile. Etre soi c'est aussi initier un retour à l'unité et dépasser les oppositions de la dualité. C'est percevoir que nous sommes à la fois un, uni dans une unité mais que cette unité passe par la reconnaissance de notre individualité, de nos particularités et différences. Vouloir imposer un modèle unique conduit paradoxalement à de la division et au conflit. Reconnaître l'altérité réunit dans des diversités complémentaires. Edgard Morin parle de vérités contraires mais complémentaires. Aussi délaisser l'habitus universitaire pourtant bien implanté pour un mode de fonctionnement qui revêt à mes yeux la fluidité des évidences devient la traduction par excellence de ce récent changement intérieur. Devoir du jour au lendemain tâtonner et chercher chaque jour l'équilibre au plus juste afin d'accompagner ma fille a été formateur et essentiel. Car quoi de plus difficile que de ressentir quand refuser de rester à la maison et rester fermement centré et aligné pour imposer d'aller en cours. Comment réussir à déterminer s'il s'agit de fuite ou d'un besoin salvateur d'un temps de pause quand aller à l'école est source de crises d'angoisses, quand confronter l'autre n'est plus possible. 5 ou 6 séances auront été nécessaire pour qu'elle retrouve le choix et la capacité d'agir différemment. Il lui aura aussi fallu du temps pour les intégrer et surtout avoir envie d'un changement dans sa vie pour choisir d'aller mieux. Choisir d'agir différemment ne peut se faire que dans l'observation de soi et le neuro-training permet cette auto-observation en donnant des clefs essentielles telles que les Défenses primaires. Nous rentrons en défense chaque fois que la vie vient nous restimuler et que nous perdons notre présence. Ce sont des automatismes qui prennent le relais, des stratégies de survies qui jusqu'alors nous ont maintenus vivants. Ces automatismes nous bloquent dans des schémas et empêche que nous donnions une réponse appropriée à la situation qui vient nous restimuler. Récemment la relation à ma propriétaire est devenue tendue voire chargée d'animosité. Elle a même fini par me demander pourquoi je la fuyais. Ma première réaction a été de dire mais pas du tout et puis très vite j'ai pris conscience que non seulement cela été vrai mais qu'en plus, chaque fois que je la voyais je me préparais comme si j'allais au combat<sup>2</sup>. Je me suis

---

<sup>2</sup> Face au danger nous avons deux possibilités, lutte ou fuite. J'ai choisi la fuite par peur du conflit et quand cette fuite devenait impossible, que j'étais acculée je me préparais à combattre. Ici les surrénales prennent le pouvoir. Personne ne nous explique cela, personne ne nous montre comment le cerveau reptilien prend

alors demandé qu'est ce qui dans son attitude me mettait en défense. Ses attitudes possessives et directives, ses projets de régler mon lieu de vie partagé avec trois amis et ses critiques et jugements quant à mes choix de vie venaient menacer mon besoin de liberté et de respect. Le fait de voir le mécanisme en jeu et de le comprendre m'a permis de choisir d'agir différemment. J'ai posé cela par écrit et m'en suis libéré ce qui m'a permis d'aller la voir en paix par la suite. Ce qui me permet de dire que plus nous revenons à qui nous sommes, plus nous sommes auto-conscients et plus nous sommes auto-conscients plus nous sommes en mesure de voir ce qui est et de choisir la réponse la plus appropriée à une situation donnée. Ces deux ans et demi de formation, les nombreuses séances données mais aussi reçues et le travail en parallèle de conscience de soi par la métapsychologie ont opéré une immense évolution intérieure. Et pas à pas je me rapproche de l'unité et de l'intégrité de l'Être dans l'expression du Soi. Devenir auto-conscient, retrouver son alignement c'est aussi enfin prendre responsabilité de qui je suis, de le dire et de ne pas attendre de compréhension ou de reconnaissance, accepter aussi de prendre la responsabilité de ses erreurs car nos choix ne sont pas toujours les plus appropriés. Nous les faisons à partir de nos capacités du moment et parfois nous ne sommes pas en mesure de confronter ce qui est là, nous n'intégrons pas l'ensemble des éléments de la situation. L'important est de comprendre que nous ne pouvons faire que du mieux que nous pouvons avec nos ressources, capacités et énergie disponible du moment. Et oui nous pouvons faire des erreurs, mais nos erreurs sont formatrices. A nous de savoir les reconnaître et de les assumer.

Enfin le fait de savoir qui je suis et d'en prendre responsabilité mène à la compréhension de l'importance d'Être simplement ; oui juste Être. Et c'est aussi ce qui m'a permis d'aider de façon plus appropriée et juste. Il ne s'agit plus d'apporter des solutions à l'autre mais Être tout simplement, rayonner, porter ses codes et vibrations personnelles, ses compréhensions et ne surtout plus vouloir sauver. Un patient vient avec une situation complexe... je suis juste là pour lui. Je suis le facilitateur qui va, par des questions pertinentes, l'aider à voir ce qui se passe, ce qui se joue et ce qu'il peut faire. Pour cela la séance de neuro-training va l'aider à retrouver sa capacité de choix. Cela aussi revient au lâcher-prise, ne plus chercher

---

les commandes en cas de danger et tout ce que cela implique dans notre relationnel et notre quotidien. Le neuro-training permet de mettre en lumière ces modes de fonctionnement. Les conscientiser permet de les identifier et de les voir et ouvre à la capacité de choix de la personne jusqu'alors enfermé dans le non choix.



de solutions pour l'autre c'est à dire aussi ne plus lui prendre son pouvoir, sa responsabilité mais le guider vers une reconnexion à sa puissance personnelle, celle qui lui permet d'exprimer ce qui est juste pour lui, de choisir ce qui est la solution la plus pertinente pour lui. La puissance personnelle s'exprime quand nous savons qui nous sommes et comment nous fonctionnons. C'est depuis notre puissance personnelle que nous avons la capacité de choisir, c'est en prenant responsabilité et en cessant de désigner l'autre, l'extérieur comme le responsable de tous nos maux, que nous renouons avec notre capacité à changer les choses. C'est cela qui nous est demandé en somme, être qui nous sommes pour passer DALETH, la porte, et pouvoir répondre à la question de l'ange androgyne qui pose la question suivante « qui es tu ». Daleth « *est le gardien du seuil qui ne s'incline que devant le pur élan de notre cœur. Daleth est l'initiale du mot Daat, la Connaissance. Daat est le Joyau qui brille sur le front de l'Homme Nouveau, la Connaissance vivante qui est notre héritage et que le mental humain ne peut saisir* »<sup>3</sup> Pour y arriver il faut avoir, au préalable, levé des voiles et des voiles de conditionnements, croyances, peurs, habitudes, stress émotionnels... et en laissant derrière nous ces vieux manteaux nous pouvons passer la porte d'un nouvel univers fait de conscience et de vacuité. Car c'est aussi dans la vacuité que s'exprime notre puissance personnelle, c'est quand nous réussissons à faire taire le mental et les peurs, que nous entendons ce qui est là pour nous, que nous recevons les informations qui vont orienter au plus juste nos choix, que nous trouvons l'inspiration nécessaire pour créer, imaginer. Daleth symbolise ce passage de l'Homme Ancien (celui qui est enchaîné à son vécu, ses croyances, ses héritages familiaux, ses peurs...) à l'Homme Nouveau (celui qui s'est affranchi de la peur du regard de l'autre, de l'extérieur, celui qui sait, celui en qui résonne le silence de la vacuité dans lequel il peut recevoir ce que l'énergie de vie, l'univers a à lui offrir. Avec du recul j'ai pris conscience que mes recherches ont toujours pris en considération l'infiniment grand et l'infiniment petit, l'intérieur dans la relation de soi à soi et l'extérieur dans la relation de soi aux autres, le microcosme et le macrocosme, et cela traduit deux principes essentiels d'une loi universelle qui est que ce qui est en haut est comme ce qui est en bas et que l'on peut traduire aussi par ce qui est à l'intérieur est comme ce qui est à l'extérieur<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> CF *La danse de vie des lettres hébraïques*, Tarot de Marie Elia, Edition de l'émeraude.

<sup>4</sup> C'est ce que l'on retrouve dans « soyez le changement que vous voulez voir arriver » du Mahatma Gandhi. En effet nous ne pouvons changer l'autre par contre en se changeant soi (notre intériorité) nous

C'est en mesurant tout le chemin parcouru et l'importance de percevoir et saisir la complexité et la multi-dimensionnalité du vivant, d'en connaître les règles et les lois universelles que j'ai compris l'importance du retour à soi. La vie est une invitation à comprendre et percevoir l'invisible derrière le visible. Tout ce que nous rencontrons est une occasion d'identifier où se trouve chez nous ce que nous confrontons chez l'autre. Sur le chemin du retour à soi, nos obstacles et nos traumatismes sont telles des marches d'escaliers à gravir nous invitant à revenir dans notre demeure éternelle sur Terre, alignés de notre cœur aux plus petites cellules de notre corps. Chaque marche gravie nous permet d'arriver à un état d'Être différent. Ainsi plus nous gravissons les marches, plus nous affinons notre état d'Être, plus nos émotions et nos ressentis deviennent légers et lumineux, plus nous nous libérons de la peur de l'autre, de la violence et d'états émotionnels bas. Revenir à soi c'est retrouver l'unité au-delà des illusions de la séparation, de la mort, du non amour, car c'est prendre conscience que le soi est l'expression de la puissance de vie.

La puissance de vie est l'expression du divin ou de l'univers en nous, c'est tout ce qui est, qui vit en nous. Cette puissance de vie est ce qui nous connecte à l'ensemble du vivant dans un grand tout en tant qu'entité primordiale. Oser apporter sa lumière au monde c'est cela le retour à soi, car nous sommes avant tout des Êtres de lumière et, « *pour pouvoir « fonctionner » et exprimer qui nous sommes, toutes nos lampes doivent être allumées et la circulation d'énergie dans le corps doit être libre et harmonieuse* »<sup>5</sup> Qu'est-ce qui nous empêche de fonctionner, qu'est-ce qui empêche nos lampes de briller et notre énergie de circuler ? Tout simplement la non possibilité de choisir ce qui est le plus approprié pour nous en raison de peurs, d'une incapacité à faire face à ce qui est (car cela vient nous restimuler, rappeler un incident traumatique antérieur), d'habitudes, d'héritages ouvrant sur des situations qui se répètent... Pour continuer à vivre nous compensons et cessons de fonctionner. Compenser cela veut dire refouler qui nous sommes, être dans le déni et porter des masques, mettre en place des stratégies de défense conscientes et systèmes inconscients, pour petit à petit se perdre. Quand la compensation devient impossible, arrive la maladie, la douleur, la blessure. Le corps n'est pas un ennemi,

---

influençons l'autre, la société (l'extérieur) car l'autre, la société, n'est que le miroir de notre intériorité mis en lumière par la vie. Le haut comme le bas, Evangiles de Thomas 22.

<sup>5</sup> CF *Neuro-training les clefs pour retrouver la santé et le bien être, les solutions pour s'aligner avec sa vraie vie*, José Chouraqui, Editions quintessences,

mais un allié qui vient nous parler, nous dire ce qui est en jeu. Il nous invite à comprendre son message. Mais cela aussi nous l'avons trop longtemps oublié. Aussi au lieu de comprendre pourquoi un voyant s'allume, une inflammation s'installe, une déchirure, une douleur... nous prenons un marteau et nous détruisons ce voyant à grand renfort d'anti-inflammatoires, d'antibiotiques, d'analgésiques, d'opérations avec ablation de ce qui ne fonctionne plus, sans chercher à comprendre. C'est par méconnaissance de soi, des règles de fonctionnement du corps, du plus dense au plus subtil et de méconnaissance des lois universelles que nous arrivons à la rupture d'harmonie et à la blessure, à la douleur ou à la maladie. Revenir à soi est donc le chemin du retour à l'équilibre et la santé, mais aussi au retour de l'expression de sa puissance personnelle et donc à la création et co-création consciente de ses expériences de vie, de son univers.

### **Le soi comme objectif de réalisation de l'Être : une expression de l'harmonie retrouvée.**

Le soi, mais qu'est-ce que cela, soi... quel est l'enjeu de la connaissance de soi pour aller vers la conscience de soi ? Le soi est l'expression de notre nature fondamentale, la somme de nos dons, capacités et aptitudes. Le soi est ce qui fait de nous un être unique. Nous sommes à la fois un individu unique mais également une partie d'un tout complexe et multidimensionnel. Dans le tout chaque atome ou part du tout a une fonction qui lui est propre. Il peut avoir des similitudes avec des sous-ensembles, mais l'unité du tout existe dans l'expression de la diversité. Le corps humain est à la fois une unité complexe et multidimensionnelle, ainsi qu'un ensemble de cellules regroupées en sous-ensembles, les organes, avec des fonctions bien distinctes. Imaginez la confusion et la disharmonie, si les cellules du foie commençaient à vouloir être les mêmes que celles du cœur ou des poumons et à fonctionner comme elles... Il en va de même avec les hommes. Nous sommes des cellules d'une unité bien plus grande qui s'appelle l'univers, ou tout ce qui est. Pour exprimer l'harmonie et la beauté de tout ce qui est, il faut que chacun offre au monde sa note personnelle, sa couleur, autrement c'est une immense cacophonie qui se met en place, car il y a trop de fausses notes. Il suffit de regarder l'état du monde actuel pour voir qu'à force d'avoir généré des êtres humains tels des légumes hors

sol, isolés de leurs racines<sup>6</sup>, des humains dont il ne reste de l'Être que l'apparence, nos sociétés arrivent à un point de rupture. Le paradigme dominant est celui de l'Homme qui n'est que visible et matière, de l'Homme consommateur de biens matériels sans aucune considération pour ce qui fait sens, sur l'essentiel, sur l'Être. Et c'est justement cela le soi, c'est ce qui fait sens, c'est cette puissance qui nous guide dans nos choix de vie, c'est cette capacité à accueillir et comprendre ce qui est, c'est la conscience de la nécessité de maîtrise des corps inférieurs pour les mettre au service des corps supérieurs et de ce qui est le plus lumineux en chacun d'entre nous.

En quoi le neuro-training peut-il permettre cela ? Pour Alejandro Jodorowsky, la guérison passe par la désobéissance car sous chaque « maladie » se trouve l'interdiction de faire quelque chose que nous désirons ou l'ordre de faire quelque chose que nous ne voulons pas faire. Toute guérison exige la désobéissance à cet interdit ou à cet ordre. Et pour désobéir, il faut se débarrasser de la peur enfantine de ne plus être aimée, c'est-à-dire abandonnée. Cette peur entraîne un manque de conscience, car celui qui en est affecté n'a pas conscience de ce qu'il est vraiment, il essaye d'être ce que les autres attendent qu'il soit. Pour Jodorowsky, la santé ne se trouve que dans l'authenticité. Et pour parvenir à ce que nous sommes il faut éliminer ce que nous ne sommes pas. Un des grands principes du neuro-training est que tout peut être déséquilibré par tout et tout peut être équilibré par tout. On peut donc utiliser la porte d'entrée de la désobéissance pour retrouver le chemin de la guérison, comme le propose Jodorowsky, et effectivement nous sommes parfois amenés à trouver des lois (obligation de faire ou de ne pas faire) familiales ..... qui viennent couper le patient de ce qu'il est véritablement. Et en raison de cette loi il va s'interdire d'être en couple, de devenir parent, de faire un métier qui lui plaît, parce que pour sa famille ce métier n'est pas un métier ou n'est pas sérieux... Mais on peut aussi utiliser une autre porte d'entrée qui est celle de la peur. Derrière l'obéissance se cache la peur de ne plus être aimé, car si nous désobéissons, nous ne sommes pas sages, et si nous ne sommes pas sages, papa et maman ne vont plus nous aimer. Nous ne pouvons donc pas être qui nous sommes, c'est dangereux d'exprimer qui nous sommes, car le clan, nos parents, les autres ne vont plus m'aimer. Nous allons

---

<sup>6</sup> les citadins, enfermés entre quatre murs, hors sol, nourris de produits dénaturés et industriels et transformés, coupé de la réalité et de la nature jusqu'à en être dénaturés.

donc obéir, rester sage pour rester aimable. Mais nous perdons le contact avec qui nous sommes en faisant cela. La peur est donc à l'origine de tous nos comportements conscients ou conditionnés<sup>7</sup>. Il y a trop de personnes qui ne sont pas habités par une réelle envie de vivre, mais qui paradoxalement manifestent une réelle peur de souffrir ou de mourir. L'autodestruction, par des moyens comme le tabac (qui est je refoule qui je suis), l'alcool ou la nourriture, les médicaments ou la drogue, les sports extrêmes, conduire trop vite, choisir les extrêmes toujours et passer du trop au trop peu... devient paradoxalement le système de survie. Il y a peu, j'ai pris conscience de l'importance de choisir la vie consciemment. Depuis bien longtemps seul mon corps était là, ma présence était fragile, toujours en voyage dans d'autres plans plus subtils (face au danger il n'y a que deux alternatives, lutter ou fuir et si vivre est dangereux, que j'ai peur d'exister, je fuis. Les surrénales prennent le pouvoir. Le neuro-training dispose de différents outils pour lever le stress à l'origine de la prise de pouvoir des surrénales dans le fonctionnement du corps comme les défenses primaires par exemple). Consciente de ne pas être de cette planète, de ce monde que je ne comprends pas, je suis en défense contre l'extérieur, l'autre. Comment est-il possible d'oublier la dimension sacrée de la vie, comment est-il possible de la détruire, de ne pas la reconnaître dans tout ce qui est ? Comment est-il possible de ne pas concevoir que tout est relié et que la vie est une unité, un tout, que le principe de vie qui anime un végétal, un animal, un minéral ou un humain est le même exprimé simplement sous des formes d'expériences différentes ? Nous sommes bien loin de cette compréhension, il est déjà si peu évident de faire admettre que les êtres humains sont tous égaux, un et que la couleur de peau ou la culture n'est qu'une illusion de différence. Ce monde n'est pas le mien. Il m'aura fallu la perte d'une partie de moi pour aller confronter la mort, doucement me laisser glisser vers elle, petit à petit devenir de plus en plus éthérée, flottant entre deux mondes dans un état d'Être merveilleux où tout devient beau et presque réussir à enfin le quitter pour finir par choisir de rester, de rester ici, de choisir la vie. Un message a fait tout basculer ; *tu ne vas pas mourir toi aussi* accompagné de la souffrance d'être condamnée à vivre heureuse sur terre. Car oui, à ce moment-là c'était une condamnation. J'ai vu que le fait de s'incarner est un choix et que dans mon cas je l'ai fait avec l'homme que j'aime. C'est donc un double

---

<sup>7</sup> *La peur, origine de nos maladies, comment s'en libérer pour se guérir*, Seymour Brussel, éditions Dervy

choix d'amour, d'abord avec mon bien aimé ensuite pour la terre. Continuer à refuser l'incarnation reviendrait à une invalidation et une non reconnaissance de qui je suis. Ici aussi il s'agit d'envisager la vie sous le prisme de la peur par méconnaissance du processus d'incarnation et du cycle de la vie et de la mort. Combien sont ceux qui choisissent la vie en conscience ? Pour combien l'envie de vivre est nourrie par la peur de disparaître ? Et l'envie de disparaître n'est-elle pas simplement la peur d'exister ? Masquer ou fuir le malaise, combler le manque ou le vide, représente notre préoccupation première, jusqu'à ne plus percevoir le processus insidieux créé par le mental, pour ne pas avoir à faire face avec le problème fondamental : la peur de vivre<sup>8</sup>. Nous avons tous, enfouies au fond de nous, des peurs ancestrales, héréditaires ou génétiques, anciennes ou récentes, conscientes ou inconscientes. Elles provoquent dans nos organismes des tensions, des contractions, des blocages qui freinent et perturbent nos courants de vie. Il est important de comprendre que nous sommes avant tout l'expression de l'histoire de nos parents<sup>9</sup>, de notre généalogie<sup>10</sup> en ce sens où notre arbre généalogique nous impose ses limites matérielles, psychologiques, mais aussi ses croyances et ses lois dans un mélange de peurs, rancœurs, frustrations ou encore illusions. Il y a bien souvent la présence curieuse et encombrante des traumatismes, des conflits affectifs et stress émotionnels de nos ancêtres au sein de notre psychisme. Ces présences fantomatiques se signalent principalement par des répétitions d'histoire, de symptômes, de comportements aberrants, de schémas relationnels stériles ou toxiques, provoquant le plus souvent des difficultés de vie de toutes sortes et des

---

<sup>8</sup> Cette peur de vivre se traduit souvent par des actes d'auto-sabotage. Ne pas faire par peur de ne pas souffrir, s'empêcher de se déployer pour ne pas se confronter au monde extérieur par peur d'échouer, peur d'être rejeté, peur d'être jugé... Une des premières séances en neuro-training est le moi négatif, cette séance permet de neutraliser et détruire l'auto-saboteur et de mettre en place un nouveau schéma de fonctionnement positif.

<sup>9</sup> *Le corps de l'enfant est le langage de l'histoire de ses parents*, Willy Barral petites éditions payot psychologie.

En effet, avant la parole, le corps exprime ce qui ne peut être dit mais aussi ce dont on n'a pas conscience, ce que l'on sait mais que l'on a oublié que l'on sait. Les troubles psychosomatiques de l'enfant s'imposent comme un « dire du corps » et exprime un ressenti émotionnel qui peut perdurer dans la mémoire cellulaire de l'adulte si cet émotionnel n'a pas été entendu chez l'enfant. Il faudra alors remonter aux émotions en jeu à partir des éléments d'histoires passées pour retrouver le fil d'un discours plus ou moins conscient qui reste presque toujours confus, refoulé, oublié ou nié.

<sup>10</sup> *Famille un trésor, un piège métagénéalogie comment guérir de sa famille*, Alejandro Jodorovsky, Marianne Costa, Poket

affections psychiques<sup>11</sup>. Dans ce cas précis le neuro-training permet de solutionner une problématique en trouvant le transfert.

Qu'est-ce que le transfert ? Quand une personne veut en sauver une autre, pour y parvenir elle prend sa place et se coupe de son identité. Et non seulement il y a un changement d'identité, mais il y a aussi la prise de la métaphore de vie de la personne avec laquelle il y a transfert. C'est le cas de **K.** qui vient me voir. Elle éprouve une grande confusion et n'arrive pas à se positionner concernant un choix essentiel pour sa fille. Elle sait que le prendre soin et la protection de sa fille induit une décision qui la met en porte-à-faux avec la légalité. Au fond d'elle-même elle sait que cette décision est juste, mais elle ne peut se résoudre à la prendre, à écouter cette certitude issue de ses profondeurs, à manifester la puissance d'être femme intuitive. Elle a tout le côté droit bloqué. L'énergie n'y circule plus. Elle sort sur défense, déconnexion du soi véritable, la cause, le transfert avec sa grand-mère paternelle. Une fois l'identité rendue à sa grand-mère, elle peut reprendre la sienne et écouter ce qui la guide, assumer ce choix qui est devenu une évidence et peu lui importe alors la loi. Entre la légalité et l'éthique, le prendre soin et la protection de sa fille, il n'y a plus de confusion ni de peur et le choix libre et conscient de l'Être qui sait est devenu possible. Ici enlever le transfert a permis une reconnexion au soi véritable. Ce transfert est inconscient, mais il explique aussi les répétitions d'histoire ou schémas répétitifs au sein d'une même famille. Ces répétitions ou schémas répétitifs sont comme un faux pli sur un tissu. Une fois marqué, il reste ! Nul ne songe à le repasser autrement. Et si par hasard nous décidions de le faire disparaître à l'aide du fer à repasser, il faut souvent s'y prendre à maintes reprises et humidifier le pli pour y parvenir : invariablement le tissu a tendance à reprendre son pli inscrit dans la fibre. Pourquoi humidifier pour y parvenir ? Parce que l'eau, c'est-à-dire les émotions, est ce qui entretient le faux pli et en allant lever la charge émotionnelle négative, en travaillant avec l'eau, il devient possible de changer ce pli. Pour ce qui est du pli inscrit dans la fibre, ce n'est rien d'autre que les habitudes du corps à réagir d'une façon donnée. Ce ne serait pas tellement grave si cela ne nous faisait pas souffrir. Les schémas répétitifs nous privent de notre liberté à agir et à choisir et même parfois cela nous prive de l'idée même d'agir. Ils nous mettent toujours en position de subir, de ne pas choisir plutôt que de choisir, jusqu'à empêcher notre

---

<sup>11</sup> *Les fantômes familiaux, psychanalyse transgénérationnelle*, Bruno Clavier, édition petite bibliothèque Payot, essais

propre vie de se déployer harmonieusement. Comment se lancer dans une entreprise nouvelle lorsqu'on a encaissé une série d'échecs ? Cette résistance au changement peut être simplement la peur de l'échec, mais aussi l'expression de la problématique de ma mère qui a toujours échoué dans tout ce qu'elle a entrepris et que je veux sauver en devenant transfert. Les schémas répétitifs ont plusieurs raisons d'être. D'abord, ils nous protègent de l'inconnu : même s'ils nous plongent le plus souvent dans une situation inconfortable, voire douloureuse, au moins c'est une situation familière, dans laquelle nous avons déjà eu à nous débattre. Aussi curieux que cela puisse paraître, notre premier réflexe est de retourner vers quelque chose qui nous est familier, vers ce que nous connaissons, parce que c'est beaucoup moins effrayant que ce que nous ne connaissons pas. Cette répétition douloureuse peut n'être qu'un enfermement de plus en plus douloureux tout au long d'une vie. C'est le principe du schéma répétitif, une escalade qui amplifie le comportement au fil du temps jusqu'à provoquer, finalement, une sorte d'explosion incontrôlable : une rupture, une dépression, un cancer, un acte désespéré, une situation exacerbée qui semble inextricable. Un autre schéma répétitif qui n'est pas un transfert est notre auto-saboteur. Les peurs et les illusions viennent limiter le choix et ouvrir la porte à l'auto-saboteur. Ce moi négatif, qui réagit à tout ce qui pourrait ressembler de près ou de loin à une situation de stress à l'origine de toutes les autres, vient lui aussi limiter la capacité à choisir et donc à agir librement en tant qu'Être et enferme la personne dans la spirale de la peur. Ici il y a une escalade mais elle emmène à l'enfermement et au blocage. La spirale de la peur commence par un événement, le fait qui engendre les peurs d'origine. Ensuite vient l'émotion à l'effet de peurs illusoires puis l'effet devient souffrance à cause des peurs que crée le moi négatif. L'étape d'après est la souffrance qui renforce les peurs qui vont alors se répercuter sur le physique. Puis vient le souvenir qui renforce la peur vis à vis du monde extérieur et enfin le blocage dans les défenses contre les peurs intérieures.

Le neuro-training permet aussi un travail sur les générations passées lors de l'équilibrage et des différents cadres de temps. Parfois la personne nous demande d'aller voir en génération pour équilibrer et libérer une charge émotionnelle liée à un incident traumatique, car voir ce qui est là et l'équilibrer dans le présent et dans son passé vécu ne suffit pas, car la problématique qui se joue alors est en lien avec une problématique identique dans l'arbre généalogique.



Au-delà de l'aspect génétique une personne est aussi l'expression de la somme de ses croyances, croyances qui enferment dans des habitudes du corps et des habitudes de réaction et de non choix. Et chaque fois que la personne tente de sortir de ses habitudes, elle est rattrapée par des peurs et c'est le triangle infernal peurs / habitudes / croyances qui entre alors en jeu. La scoliose comme symptôme du non déploiement de l'Être. C'est le cas de **G.**, 75 ans, qui vient me voir pour une scoliose qui lui cause une douleur dans le bassin quand elle prend certaines postures de yoga. La première séance que nous faisons ensemble ouvre sur un travail au niveau de la C6 ; déshydratation au niveau énergétique, c'est aller vers qui est un stress en lien avec une catégorie mentale, une loi, c'est un sort : interdiction de ne pas vivre le bonheur. Cela vient affecter la fonction cérébrale imagination avec des peurs (peur de ne pas tenir parole, peur des vaccins, peur d'être satisfaite et peur du diagnostic) ainsi que deux méridiens : le vaisseau conception qui vient nous parler de difficultés de concentration et de relations complexes entre soi et l'extérieur. Cela amène à de la confusion. Le deuxième méridien est le poumon. Il est faible par excès d'énergie et crée des raideurs dans les muscles de la poitrine. Le poumon vient nous parler d'ennui. L'équilibration est un moi négatif. Ce que veut la personne c'est être à l'unisson. Être à l'unisson c'est ne plus être morcelé entre différents personnages qui répondent à des attentes extérieures et apportent confusion et ennui. Être à l'unisson c'est retrouver son centrage et sa reliance avec son être profond. C'est se reconnecter à soi. Son retour en fin de séance, elle sent l'énergie recirculer dans tout le buste et se sent étirée et grandi au niveau de la colonne vertébrale. La séance suivante est une étoile<sup>12</sup>. Le lendemain elle m'envoie un message ou elle me parle d'un immense allègement au niveau du buste et dit sentir de la lumière s'y déployer. La séance suivante porte sur une sensation de blocage dans la structure. Un problème au niveau du genou gauche et un point douloureux vers le nombril. Le genou vient nous parler de la capacité de faire des compromis par rapport aux autres (il y a effectivement un achat de son lieu de vie en indivision avec un homme rencontré au cours d'un voyage en Iran) et une incapacité

---

<sup>12</sup>L'étoile fait partie des 12 défenses primaires c'est à dire des 12 schémas ou stratégies auxquels nous avons recours face à une situation de stress que nous ne savons pas gérer. Elle est un système de défense émotionnel et vient combiner de la génétique et un héritage éducatif maternel et paternel avec ce que le fœtus est venu incarner sur cette terre. L'étoile est aussi ce que nous sommes, comment nous sommes constitué sur le plan émotionnel et comment nous fonctionnons. Il est important d'en enlever les charges émotionnelles négatives afin de fonctionner dans un cercle vertueux et de pouvoir utiliser ce système comme une ressource positive.

entre je et nous en lien avec les hommes, car elle a besoin de se sentir libre pour créer et il n'y a pas la place pour une vie de couple dans cette configuration pour elle. Les modes digitaux méridiens. Le vaisseau conception vient nous parler d'un comportement assouvir ses besoins (besoin d'espace pour créer) Vc14 et amygdala peur que les hommes la privent de liberté, peur de la liberté et peur d'être à nouveau blessée. Pendant que nous parlons de cela G. ressent qu'un travail se fait au niveau du point 19 de l'intestin grêle. L'équilibration est une prière personnelle et des modes oculaires. La séance finie, elle ressent une sensation de fortification au niveau de la colonne vertébrale. Le point de départ de la séance suivante est le mot lumière. Et l'équilibration est l'équilibration des soi (le soi naturel, le soi inspiré, le soi véritable et le soi essentiel). Le retour de cette séance est de très légères vibrations au niveau des dernières lombaires coté gauche et une sorte de casque très léger sur le sommet de la tête. La séance suivante porte sur l'unité en tant qu'Être. Une situation inachevée, une libération de soi par rapport aux autres. Cela vient du côté maternel, mère et grand-mère. Une émotion qui est non aimable et la peur de ne pas être soignée. Un sort / malédiction : interdiction de vivre avec son corps. La source de cela en 6ème génération côté maternel, une femme qui s'est autorisée la liberté d'être en vivant une relation d'amour hors mariage. Cela s'exprime dans sa structure au niveau de la hanche droite (puissance personnelle) en relation avec son père et le refus de se soumettre, besoin de tenir bon face à l'homme. L'équilibration est un acte symbolique : un massage qui va lui permettre de se relier à son corps, de vivre avec lui. Une MON<sup>13</sup> : infusion d'une carte du I-ching. Retour après la séance sommeil épais et lourd, le dos plein de puissance comme après une journée remplie d'exercice. De la joie. Tous ces éléments<sup>14</sup> et bien d'autres encore viennent recouvrir le soi véritable et essentiel tels des filtres, des masques ou encore des carapaces. A chaque séance de neuro-training nous ôtons une couche, une pellicule, un voile qui isole G. de qui elle est réellement. Il y a eu d'autres séances et c'est comme si à chaque fois, dans notre collaboration active, nous enlevions un lien, une entrave et nous lui permettions de se redéployer. La kiné a noté un redressement de la colonne vertébrale et une presque totale disparition de la scoliose.

---

<sup>13</sup> MON Meilleure Option Neuronale

<sup>14</sup> les systèmes de défenses, transfert, situations inachevées, refoulement....

La connaissance de soi n'est pas chose nouvelle. Sur le temple de Delphes, du temps de Socrate était inscrit γνῶθι σεαυτόν, « connais-toi toi-même ». Qui est ce soi-même qu'il nous faut connaître ? Il ne s'agit pas simplement de connaître ses qualités et ses défauts, ses faiblesses et son caractère... non, il s'agit plus de connaître ses différents corps, le fonctionnement de soi en tant qu'Être complexe et multidimensionnel et des lois qui régissent notre univers. Le plus grand problème à surmonter en tant qu'Être est de naître dans un monde où les règles du jeu sont cachées, à découvrir, car elles ne sont pas transmises. Cette méconnaissance des règles du jeu conduit à oublier qui nous sommes et favorise la compensation au lieu d'un fonctionnement fluide et facile. Socrate a introduit une méthode, la maïeutique, qui est l'art d'accoucher de son âme, autrement dit l'art de reconnexion à soi en passant par un questionnement permanent. Cela permet de retrouver par des cognitions spontanées qui nous sommes vraiment. Le principe pédagogique mis en place par Socrate est un élément essentiel de la posture du praticien en neuro-training.

### **La posture du praticien témoin de l'expression du soi : le praticien comme facilitateur.**

Il ne s'agit pas de travailler à partir de son mental, de la somme de ses connaissances, de son savoir pour établir des présupposés et de les vérifier par le test musculaire en influant sur le résultat par des intentions et en perdant sa neutralité. Pourquoi et comment cela est-il possible ? Tout simplement parce que nous sommes un. Le principe de vie qui s'écoule en chaque être vivant est interconnecté, en interdépendance et nous appartenons en cela à un grand tout complexe. En écoutant ce que dit le patient et en en tirant des conclusions et des orientations, le neuro-traineur influence le patient qui répond de manière positive pour faire plaisir et recevoir l'attention de l'autre. Dans cette configuration il y a une prise de pouvoir du praticien sur le patient mais, il y a aussi le patient qui ne prend pas la responsabilité de lui-même et qui remet son pouvoir dans les mains du praticien. Le neuro-traineur et le patient sont dans la confusion l'un de l'autre. Il n'y a pas de conscience de soi et pas de prise de responsabilité pour soi. Il est pour moi essentiel de poser un cadre et expliquer que le thérapeute ouvre un espace de guérison et transfère de l'énergie et des connaissances au patient. Ensuite c'est de

la responsabilité du patient de s'en saisir ou pas pour guérir. Ici il n'y a pas de place pour un sauveur ni pour un sauvé, chacun est à sa place, prend responsabilité pour lui même et collabore dans un objectif commun. Le neuro-traineur est donc guidé par son patient et pilote la séance à partir de ce que dit et montre le patient au travers du test musculaire. Comme le préconise Socrate dans ses principes pédagogiques, le neuro-traineur n'énonce pas lui-même les vérités, mais permet à son patient de les découvrir à l'aide du test musculaire. Mais pour ce faire, il est aussi nécessaire et incontournable de travailler à partir d'un espace pacifié.

**Un espace pacifié**, qu'est ce que cela ? J'entends par espace pacifié, un espace libéré de ses réseaux d'incidents traumatiques<sup>15</sup>, libre et vide, propice à l'accueil et à la réception de ce qui est là sans aucune interférence. Chaque personne est câblée de manière spécifique en raison de son vécu, de ce à quoi elle a été confrontée, de ses peurs et de ses échecs, de ses croyances et de ses habitudes, des lois familiales, universelles, sociétales et personnelles auxquelles elle obéit, de ses impuissances apprises et de ses refoulements ou dénis. Chaque individu est un regard. Un regard sur le déroulement de la vie au travers de la situation dans laquelle il se trouve et la somme de son vécu, de ses choix de vie, de ses mémoires... C'est au neuro-traineur d'être vigilant pour rester à sa place, écouter et entendre son patient et avoir un bon canal de questions pour comprendre et trouver le sens de ce qui est là, car très souvent le patient est tellement enfermé dans son histoire ou son problème qu'il ne voit rien, n'est pas en capacité de faire de liens. C'est aussi au neuro-traineur de poser les bonnes questions pour permettre au patient de comprendre ce qui est là, de le voir. En voyant sa création, il retrouve sa capacité de créateur et est en mesure de la décréer pour se libérer.

L'exemple de **S** qui vient me voir pour des difficultés à se positionner face aux autres, à les confronter permet de voir oh combien l'espace à partir duquel travaille le neuro-traineur peut ouvrir à une solution ou une aggravation de la problématique du patient. Dans la problématique que me soumet **S**, si je me place à partir de mon mental et de mes connaissances, je pense tout de suite à une fonction cérébrale, celle de la responsabilité qui est la capacité à répondre de manière appropriée, mais aussi à agir. Si une personne ne sait pas répondre, elle réagit et elle perd le contrôle.

---

<sup>15</sup> un incident traumatique est un incident qui est entièrement ou partiellement refoulé et qui contient une plus ou moins grande quantité de douleur (ressentie, créée ou reçue) et de charge (intention non réalisée refoulée)

A l'inverse, si elle sait répondre, elle se positionne de manière appropriée et elle agit librement à partir de ce qui est là. Elle est en capacité de confronter, de faire face et de choisir comment répondre. Si je me place à partir de la vacuité de mon Être, de sa capacité d'accueil dans le non jugement, je trouve certes une fonction cérébrale, mais pas du tout ce que la logique et le mental attendraient. Je trouve deux fonctions cérébrales. (1) Le SAR, qui est la faculté à se focaliser sur un objet ou une personne, mais aussi à prioriser. Ici ce que la personne ne sait pas faire c'est se focaliser sur elle et se donner la priorité ; donner la priorité à son ressenti et ses valeurs essentielles. Cette incapacité la conduit à de la confusion et au non choix. Les peurs liées à l'intelligence, associées à cette fonction cérébrale, parlent de son histoire. (2) La seconde fonction cérébrale affectée par cette problématique est la compréhension. Ici encore les peurs liées à l'intelligence associée viennent également parler de son vécu. Quelle incidence pour la personne ? Si j'agis et pilote la séance à partir du mental, je vais corriger une fonction cérébrale qui n'a pas besoin d'être corrigée, car dans le cas qui la préoccupe la personne sait répondre, mais n'y parvient pas, car elle est dans la confusion de l'autre et n'arrive pas à avoir une compréhension globale. Non seulement je ne vais pas pouvoir l'aider à solutionner sa problématique, mais je vais l'invalider, car elle sait répondre. Je vais donc passer à côté de l'essentiel et aggraver sa problématique. A l'inverse, si je me positionne à partir de la vacuité de mon Être pour piloter la séance, je vais aller à l'essentiel et retrouver l'histoire et le vécu de la personne au travers de son mode de fonctionnement, je vais retracer son câblage neurologique et de ce fait corriger ce qui a besoin de l'être pour qu'elle retrouve sa capacité à choisir et à agir. Agir à partir de la vacuité permet aussi d'être présent et réceptif à ce qui est là et par conséquent en capacité de comprendre ce que la personne est en train de nous dire. C'est le cas d'une patiente qui tombe sur état profond et point à ne pas stimuler à une femme enceinte. Problème, cette femme n'est ni enceinte ni en âge et en capacité de l'être. Si je confronte ces informations à partir de mon mental, j'ouvre la porte au doute, je peux perdre confiance en ma capacité à tester, je peux bloquer et passer en défense et me retrouver dans une impasse. A l'inverse, si je confronte ces informations à partir de la vacuité, je ne compare à rien cette situation, juste j'accueille cela. Ne pas stimuler ça pourrait être une situation à ne pas vivre ou ne pas traverser, quand elle était enceinte. En demandant plus d'informations, cela répond et renvoie à ce dont parle ce fameux point et permet de mettre du sens. Il y a bien effectivement une

situation que la personne n'aurait pas dû vivre en étant enceinte. Travailler à partir de la vacuité permet d'être ouvert à toutes les possibilités et donc permet de comprendre ce qui est en jeu dans une séance, de mettre du sens dans les informations trouvées. Une séance de neuro-training est une immense enquête policière, un jeu de piste où moins il y a de limites mentales, plus il devient facile de comprendre ce qui est dit par le corps. Cet espace pacifié est également un espace sécurisé, car le réseau d'incidents traumatiques du patient ne peut se relier et entrer en résonance avec celui du praticien. Cela permet au praticien de rester stable et sûr et ouvre la possibilité à son patient, au moyen d'un rappel d'Être, de dépasser, de transformer ou transcender ce qui le fait chuter, souffrir, ce qui l'enferme dans du non choix ou l'éloigne de qui il est par essence. Si le neuro-traineur n'a pas fait ce travail de libération de charges émotionnelles et de reconnexion à son soi véritable et profond, il risque que ses propres incidents traumatiques entrent en réseau avec ceux de son patient et de chuter avec lui. Il ne sera alors plus en mesure et en capacité de guider son patient vers une libération salvatrice. Dans cette configuration le neuro-traineur va automatiquement et inconsciemment basculer en défense et va alors travailler à partir du mental et de ses connaissances et passer à côté de l'essentiel. La responsabilité et l'éthique du praticien passe, à mon sens, par un travail personnel préalable de redécouverte et reconnexion au soi essentiel, véritable et profond.

Le praticien, en créant un espace de confiance et d'écoute, sans jugement ni a priori, encourage et permet au patient de retrouver l'amour de soi et la confiance en soi. C'est en étant accueilli tel que nous sommes que nous pouvons nous aimer tel que nous sommes et renouer avec la confiance en nous. Enfin, au moyen du test musculaire, il permet de distinguer le vrai du faux, de prendre conscience que le mental crée des histoires auxquelles la personne finit par croire. Aussi, contrairement à la psychologie qui laisse une énorme place au mental et aux histoires qu'il raconte, le neuro-training permet de prendre en considération différentes dimensions de l'Être, à savoir le mental, mais aussi le physique, l'énergétique et l'émotionnel. La société occidentale privilégie le mental au détriment du corps et crée une séparation artificielle entre la tête et le corps. Elle tend à faire de nous des têtes pensantes dénuées de corps. L'adage « un esprit sain dans un corps sain » est depuis longtemps oublié et l'individu est appréhendé de manière morcelée, segmentée et partielle. Les différentes spécialités en médecine sont de plus en plus complexes et

pointues mais morcelées. Le corps n'est plus une entité à part entière et difficilement, après de longues années de lutte, il devient académiquement admis que ce corps morcelé pourrait avoir des émotions et que ces émotions entrent en relation avec lui au travers de la somatisation. Et pourtant, le corps humain mémorise les souvenirs enfouis de nos souffrances d'enfant, de fœtus et même de celles de nos parents et ancêtres. Travailler sur la mémoire du corps<sup>16</sup>, c'est aller à la rencontre de ces souvenirs, c'est remonter leur trace pour les retrouver et comprendre les racines de ce qui fait souffrir, limite, empêche... C'est s'en libérer afin de ne plus subir son histoire et accéder à sa propre vie en renouant avec son soi véritable

### **L'Homme un corps visible comme expression de corps subtils interdépendants et connectés entre eux.**

Le savoir officiel, celui qui est donné dans les écoles, met surtout l'accent sur des activités qui apporteront aux humains le succès matériel mais qui les empêcheront de devenir des esprits, des Êtres lumineux. Tout est conceptualisé comme si l'homme était une coquille vide, simplement un corps incarné sans rien de plus. Une machine dont on connaît la physiologie primaire mais la médecine est à la préhistoire de la connaissance et la compréhension de ce qu'est un Être humain et au delà de cela de ce que c'est que d'être en vie, d'être conscient de l'être. Se connaître, c'est connaître les différents corps dont nous sommes formés (les corps physique, éthérique, astral, mental, causal, bouddhique, atmique<sup>17</sup>) et les besoins de ces différents corps. C'est aussi savoir que tout est énergie et que nos différents

---

<sup>16</sup> *Votre corps a une mémoire*, Virginie Brousse, poche marabout psy

<sup>17</sup> le corps éthérique qui est le premier corps subtil de l'être humain. Il est composé de courants d'énergie pure qui se meuvent autour des chakras. Le corps éthérique est l'enveloppe qui fait le lien entre le corps physique et les corps plus subtils. C'est une fine couche comme une seconde peau qui fait office de bouclier énergétique contre les énergies vibratoires basses car il vibre plus haut que le corps physique. Il peut aussi influencer le corps physique car il est aussi le lieu où se trouvent tous les doubles énergétiques des organes et parties du corps physique. Tous les soins énergétiques passent par ce corps éthérique pour atteindre le corps physique. Le corps astral est le corps subtil de lumière, de prâna de l'homme, il anime le corps physique tout comme l'électricité illumine une ampoule. Puis vient un corps encore plus subtil le corps mental qui est le véhicule du principe de l'esprit dans l'univers physique. Il se compose d'un réseau de lignes avec diverses formes de pensées attachées. Le corps causal ou corps spirituel, c'est le corps de l'âme et là où sont enregistrées les causes responsables de notre existence. Il révèle l'orientation générale de la personne, avec en particulier les blessures psychiques, celles qu'elle porte dès la naissance et qu'elle est amenée à transcender pour guérir. Le corps bouddhique ou corps céleste correspond à une spiritualité élevée, il est le niveau du guide intérieur ou de l'ange gardien c'est le corps émotionnel du plan spirituel. Enfin le corps atmique ou corps divin représente le plan le plus élevé de l'Être et permet l'unité avec le divin

corps ne sont que de l'énergie plus ou moins condensée. Tout dans le monde est constitué d'énergie, tout ce qui vit émet des pulsations énergétiques et l'énergie ce n'est rien d'autre que de l'information qui vibre. Bien évidemment le corps physique est le réceptacle de tous les autres principes plus subtils qui l'entourent et le prolongent. Ce champ énergétique est un centre d'information et un système perpétuel d'une grande sensibilité qui nous permet d'être en communication permanente avec tout ce qui nous entoure grâce à l'électricité qui s'en dégage. Le champ énergétique humain emmagasine et réfléchit l'énergie qui émane de chaque individu. Il enveloppe le corps et véhicule l'énergie affective laquelle s'élabore à partir de nos expériences internes et externes, négatives ou positives. Cette force affective exerce à son tour une influence sur les tissus biologiques du corps et notamment sur les fascias, mais aussi dans les organes au travers de leurs effets sur les méridiens, les chakras et les nadis<sup>18</sup>. C'est ainsi que notre biographie, c'est à dire notre expérience de vie se transforme en matière biologique. Les expériences qui fournissent de l'énergie affective au système énergétique sont les rapports du présent par rapport au passé ; les souvenirs d'expériences profondes ou traumatisantes que nous accumulons ; le système de valeurs et les attitudes que nous manifestons, incluant les croyances spirituelles et superstitieuses. Les sentiments dérivés de ces expériences deviennent encodés dans notre système biologique contribuant ainsi au développement des tissus ; ceux-ci créent à leur tour une forme d'énergie qui devient le reflet des émotions ressenties. Ce qui est ainsi imprimé par le biais de l'énergie constitue un vocabulaire énergétique, ce dernier étant porteur d'informations concrètes et symboliques qui peuvent être déchiffrées par un intuitif ou des techniques de soin qui passent par le corps comme le neuro-training. Il faut bien avoir à l'esprit que toute pathologie nous sert soit par l'expression d'un conflit intérieur qui a besoin d'être mis en lumière et c'est pour cette raison qu'il est plus que nécessaire de comprendre le message de la maladie, soit par l'excuse que cette pathologie ou ce symptôme nous offre. Je partage la compréhension de Jean Philippes Brebion pour qui la maladie est le chemin de la guérison<sup>19</sup>. Nous ne tombons pas malade par hasard, nous prenons ou « achetons » la maladie ou le problème car il, elle nous est utile. C'est le cas de **M.** qui vient me voir pour une problématique d'exclusion. Elle a aussi des problèmes

---

<sup>18</sup> *Le corps subtil, la grande encyclopédie de l'anatomie énergétique*, Cyndi Dale édition Macro édition

<sup>19</sup> *Le petit livre de la guérison, comprendre le sens de nos maladies*, Jean Philippe Brebion, éditions Quintessence



osseux qui sont sources de difficultés pour exercer son métier très physique. Elle sort sur une situation inachevée, une résistance au changement. Elle a peur d'être vue, peur d'être découverte et peur d'être enfermée. Cela fait sens pour elle, petite elle a souffert de discrimination à l'école de la part de la maîtresse mais aussi de mise à l'écart pour certaines activités, elle a aussi été privée de récréation et de goûter d'anniversaire. Une autre information m'est demandée, c'est un méridien, le maître cœur qui vient parler de rejet et en retrait. Puis encore une autre information et cette fois c'est une fonction cérébrale résistance au changement. Il y a un bénéfice caché, ne pas souffrir. Dans cette configuration, nous comprenons bien que pour ne pas souffrir, face au danger il y a une fuite. **M.** préfère être en retrait et s'exclure elle-même pour ne pas souffrir de la mise à l'écart et de rejet par l'autre. L'équilibration passe par les inter-liens ligamentaires. Une double équilibration m'est demandée. Tout d'abord la hanche qui vient parler de puissance personnelle et le genou qui vient parler de limitation. L'équilibration se fait dans le présent puis par les états profonds à 7ans (l'âge où elle a vécu les maltraitances et discriminations de la maîtresse) puis en génération et enfin dans les lignes de vie parallèles et autres espaces temps en lien avec cette incarnation. C'est en enlevant ses limitations et ses peurs mais aussi ses mémoires cellulaires de persécution que **M.** retrouve l'accès à sa puissance personnelle et en étant dans sa puissance personnelle elle n'a plus peur de la réaction de l'extérieur, plus peur d'être vue, d'être découverte ou d'être enfermée. La carte Hébraïque qui vient finaliser la séance est Zaïn. Après la séance la douleur de hanche a disparu et quelques jours plus tard sa situation professionnelle se clarifie et une nouvelle opportunité se présente à elle.

Au delà de la compréhension de ce mécanisme de survie que nous avons tous en nous, à un degré plus ou moins important, il y a quelque chose ici de clair, de commun à toutes problématique et qu'il me semble important de relever. Une problématique se retrouve toujours exprimée dans l'ensemble de notre relationnel. Ici l'exclusion se retrouve dans la relation des autres vers moi (je suis exclue) mais aussi dans la relation de moi vers les autres (j'exclue). Et cela se retrouve aussi dans notre verticalité interne (je m'exclue moi-même) mais aussi dans notre verticalité d'observateur d'un phénomène extérieur (je suis témoin d'une personne qui en exclut une autre). Ici encore nous voyons que dans l'infiniment petit des cellules d'un corps vivant comme dans l'infiniment grand de l'individu dans sa relation avec tout ce qui l'entoure et qui crée une société familiale, culturelle ou universelle, tout est relié

et interconnecté. En ayant conscience de cela nous avançons sur le chemin de connaissance de soi et pouvons comprendre un premier principe que l'on retrouve dans le neuro-training tout est dans tout, tout peut être déséquilibré ou corrigé par tout. Ainsi s'il est difficile de changer la société, voire impossible de changer l'autre, il est de notre responsabilité de nous changer nous-mêmes car en nous changeant nous-mêmes nous faisons bouger tout ce qui nous entoure. Ce monde si violent, cette société qui met sous pression, nie le principe de vie et saccage la planète, n'a aucune considération de l'humain... tout cela n'est que l'extériorisation de la verticalité du collectif à l'échelle individuelle. Car si en tant qu'individu nous n'écoutons pas notre nature profonde et nous nous contraignons à vivre une vie qui n'est pas faite pour nous par peur de manquer, peur de la précarité, peur de l'inconnu... n'est ce pas là la plus grande violence que nous pouvons nous faire. Si à l'intérieur de nous dépérissent nos envies les plus profondes, nos projets les plus chers qui donneraient un sens à notre existence, de la liberté et de la légèreté à notre quotidien il ne faut pas s'attendre à trouver une société solidaire, respectueuse de l'autre et aidante. Nous n'écoutons pas ce qui nous guide vers le mieux pour nous, quelle trahison, quel non respect de ce que nous sommes. Le corps physique et le corps social sont en interrelation, en miroir. Pour en changer l'un il suffit de modifier l'autre et la seule chose que l'on peut changer aisément c'est nous-mêmes/soi-même. Mais pour pouvoir opérer cette transformation il faut être en capacité de prendre responsabilité pour soi<sup>20</sup>.

---

<sup>20</sup> La responsabilité est une des neuf fonctions cérébrales (le système activateur de la formation réticulée SAR qui nous permet de nous concentrer et de nous focaliser, la capacité à faire confiance, à se valider et se valoriser, responsabilité la capacité à répondre, à ressentir, à agir ; VRC les voies de récompenses cérébrales responsables de la production des catécholamines, hormone qui entre en jeu dans l'apprentissage et la mémorisation en stimulant le plaisir d'apprendre; la compréhension qui est la faculté d'appréhender une situation de manière globale et complexe, la faculté de récupération, régénération, reconstruction, image de soi c'est la capacité naturelle du cerveau à organiser et orchestrer la régénération en mobilisant des ressources génétiques ; la conscience d'éveil ou la résistance au changement c'est la capacité à accueillir l'inconnu ou au contraire, si les peurs sont trop forte et que les surrénales ont pris le pouvoir, la capacité à résister au changement ; l'imagination chez les femmes c'est la capacité à créer, c'est grâce à notre imagination que nous pouvons créer des réponses inédites et nous adapter à ce que nous ne connaissons pas, enfin l'apprentissage et la mémoire qui sont reliées aux voies de récompenses cérébrales). Elle nous permet d'apporter la réponse appropriée à toutes situations. Pour cela il est essentiel de sortir de l'influence de l'autre afin de pouvoir affirmer ce qui est juste pour nous.

Le corps physique vient donc traduire, cristalliser manifester, enkyster un déséquilibre subtil et le neuro-traineur, au cours de son enquête, au travers du corps du patient va trouver des témoins de cette histoire source du déséquilibre (une fonction cérébrale, un méridien, un chakra, des peurs, une émotion, une stratégie d'évitement, un endroit du corps, un niveau dans l'aura...) Le cas de J. elle vient me voir pour des douleurs au ventre le matin tôt et le soir. Cela s'est amplifié depuis qu'elle est réglée. Elle a des règles douloureuses, elle fait des malaises et depuis un peu plus de 6 mois son cycle est devenu irrégulier et elle a ses règles deux fois par semaine. Un des témoins qu'elle me montre est un méridien le maître cœur avec un comportement « besoin d'abriter » et une émotion « exubérance (manque) ». Le début du dérèglement de son cycle correspond au début d'une relation amoureuse difficile avec un garçon qui semble être dans une grande souffrance. C'est une relation à distance elle aimerait l'aider et le prendre sous son aile (besoin d'abriter) mais elle n'en a pas la capacité (trop jeune et pas matériellement autonome) et elle se sent impuissante ce qui la conduit à se replier sur elle même (manque d'exubérance). Pour équilibrer ce dérèglement physique son test musculaire m'a conduit sur une MON les chakras. C'est le Chakra racine qui est concerné, c'est le chakra de l'expression du pouvoir tribal, de l'identité collective renvoyant aux croyances de groupe<sup>21</sup>, ici ce qui répond est le fonctionnement non harmonieux et la peur de la mort, et plus précisément la peur de la mort de l'autre, la négation du spirituel (enfant elle était très sensible aux dimensions subtile du monde aujourd'hui elle s'en est coupée et cherche à correspondre aux modèles dominants de la société actuelle plus focalisés sur le paraître que sur l'être) et la dernière information que donne le chakra est une barrière d'ordre sexuel. Il s'agit d'un secret de famille que je n'ai pas la permission de dire, il touche la 4eme génération côté maternel, c'est une

---

Quand nous prenons responsabilité pour nous-même nous exprimons notre puissance personnelle. Les fonctions cérébrales ont des émotions associées ainsi que des peurs qui bloquent l'accès à ces aptitudes. En identifiant et éliminant le stress associé à une ou des fonctions cérébrales, le neuro-traineur redonne la capacité au patient de mobiliser ces ressources essentielles que sont les fonctions cérébrales afin de pouvoir mieux fonctionner. Le neuro-training permet de booster les capacités naturelle de l'être, ainsi le patient renoue peut à peut avec la capacité de manifester qui il est, ce qui est juste pour lui, de manifester sa vérité personnelle.

<sup>21</sup> *Anatomie de l'esprit, le sens psychologique et énergétique des maladies*, Caroline Myss, collection aventure secrète, édition j'ai lu

réussite, cette réussite est « mort non retrouvé dans le cadre d'un adultère ». Cet exemple montre bien que tout ce que nous vivons est traité par notre perception, cela engendre des émotions qui viennent s'inscrire dans nos corps subtils (ici un méridien et un chakra) et notre partie invisible du physique que sont les fascias puis vient rejaillir sur notre physiologie (ici pb de cycle) mais également sur un état d'être (ici l'impulsion de se refermer sur soi et un état émotionnel très bas). Le fonctionnement de l'Homme est complexe et nous ne pouvons appréhender son retour à l'harmonie et à la santé que sous un angle holistique si nous souhaitons avoir un résultat durable et profond. Ce qui est fabuleux dans le neuro-training c'est que tout peut être déséquilibré par tout et que tout peut être rééquilibré par tout et que le principe essentiel de cette technique de retour à la santé est à l'image du fonctionnement de l'être humain.

Le neuro-training en plus de pouvoir agir sur les chakra ou prendre en considération l'aura peut aussi utiliser les méridiens soit comme témoins d'un déséquilibre soit comme moyen de correction pour retrouver l'équilibre. Ici aussi la sagesse chinoise offre la possibilité d'appréhender l'humain comme particule d'un tout bien plus grand. La notion de shen est un élément important à connaître ici. C'est ce qui constitue la conscience de notre moi. Il est le fruit de l'union du ciel antérieur du père et de la mère (Jing) et il s'ancre dans le rein (l'énergie des ancêtres) pour se manifester dans le cœur qui l'abrite<sup>22</sup>. Du ciel antérieur (jing) le shen trouve sa naissance, du ciel postérieur il se nourrit (Qi), au cœur il se manifeste (shen). Ces trois éléments jing, shen et Qi constituent les indissociables trois trésors de la vie qui assurent l'harmonie, la santé, la sagesse. Si ces trois esprits sont harmonieux alors le cœur où réside l'esprit rayonnera. L'Esprit Shen, un des trois trésors, se décline sous cinq formes en lien avec les aspects psychiques et émotionnels de l'être humain et en lien direct à leur organe yin respectifs. Le Shen (cœur) source de vitalité, de joie, de discernement. Le Hun (Foie) source de la créativité et de l'élaboration de projets. Le Yi (rate) source de l'apprentissage et de la cohérence. Le Po (poumon) source de l'instinct de survie et de la protection de soi et le Zhi (rein) source de la volonté et de l'affirmation de soi. En connaissant cela on

---

<sup>22</sup> L'axe rein /cœur est un axe essentiel Le rein c'est l'identité, c'est qui je suis mais aussi les peurs, donc peur d'être qui je suis, peur d'être soi et incapacité d'exprimer la joie d'être soi. Le maître cœur va alors être sollicité pour aider le rein (le maître cœur est la puissance personnelle) et le maître cœur va lui aller solliciter les surrénales (triple réchauffeur) et au lieu d'être dans le pouvoir d'être soi nous allons être dans la problématique lutte ou fuite, dans la survie gouverné par nos peurs.

comprend ainsi le lien entre le corps et l'esprit. Les BenShen ou entités psycho-viscérales sont le fondement de notre bon fonctionnement psychologique et émotionnel et sont sous la gouvernance du shen.

**Le shen / cœur :** le cœur est au centre de l'homme et la source de notre vie, il est en communication constante avec les benshen. Dans un état d'harmonie, c'est lui qui nous permet de rayonner, il est le miroir de notre état psychologique et émotionnel. Une émotion reçue en excès peut entraîner une confusion ou une difficulté à s'exprimer de manière objective. De même une personne dont le shen est déficient risque de ne pas exploiter son potentiel par manque de discernement, manque de joie et cet impact peut dans certains cas entraîner des symptômes de dépression très grave mettant potentiellement la personne en danger (pensées suicidaires) les émotions force en lien avec le cœur : la joie est une émotion liée au cœur qui peut perturber le cœur et le shen si celle-ci est incontrôlée. La joie et le rire peuvent devenir hystérie et entraîner un feu du cœur et le shen n'est alors plus harmonieux. Il en va de même avec les chocs émotionnels qui peuvent impacter directement le cœur à court et long terme et affecter gravement le shen.

**Le Hun / foie :** le Hun s'apparente à l'âme éthérée contrairement à l'âme corporelle (Po). Cet esprit est en lien avec ce qui est notre force de caractère, celle qui nous permet de réaliser nos plus profonds désir et projets tout au long de notre vie. Le Hun nous caractérise en tant qu'être unique. Symboliquement très proche du Qi, un bon Hun ancre le Shen et lui donne ses bases. Un Hun correct est donc stimulant et permet de s'accomplir. A l'inverse un Hun déficient entraînera un manque de désir et d'enthousiasme, les cauchemars ou les rêves emplis de violence sont un signe d'un Hun perturbé. Les émotions force en lien avec le foie sont la colère et la frustration et elles impactent directement le cœur provoquant une chaleur du cœur et une disharmonie du shen.

**Le Po / poumon :** le Po ou âme corporelle est en relation avec le poumon. C'est certainement l'esprit le plus proche du corps, le Po s'apparente à l'instinct de survie et nous permet d'agir correctement pour protéger notre santé. Une personne dont le Po est déficient pourrait mettre sa vie en danger sans reculer, à l'excès une personne dont le Po est perturbé pourrait développer une phobie obsessionnelle pour sa propre santé. La tristesse et l'inquiétude sont les deux émotions forces du poumon, elles altèrent la circulation du Qi dans le cœur et peuvent entraîner insomnies, fatigue et atteinte à long terme du shen.

**Le Yi / rate :** Le Yi est rattaché à la rate et concerne notre capacité à mémoriser et classer, il est en lien également avec la parole et un bon Yi permettra de bien comprendre, entraînant ainsi une aisance dans l'élocution. La rumination et l'obsession sont typiques d'un Yi perturbé et peuvent également provoquer des troubles du sommeil nuisible au Shen. La rumination entraîne une stagnation du Qi dans le cœur entraînant palpitation, fatigue et un teint pâle caractéristique d'un Shen affaibli

**Le Zhi / rein :** le Zhi réside dans le rein, il est cet élan qui nous donne la volonté et la détermination nous permettant de surmonter l'adversité pour accomplir nos objectifs. Si le Zhi n'est pas harmonieux, en excès il entraînera un esprit indomptable, capable d'autoritarisme et d'acharnement tyrannique autour de lui ou envers lui même. A l'inverse trop peu de Zhi entraînerait d'importantes difficultés voire un anéantissement de toutes possibilités d'aboutissement d'un projet et induirait une insatisfaction constante. De nombreuses pathologies graves en lien au rein tels que l'amnésie, la sénilité précoce, impactent directement le shen. Les émotions fortes liées au rein sont la peur et l'anxiété et peuvent perturber directement le cœur (palpitation, insomnie...) le shen sera déséquilibré et de nombreux troubles psychiques graves peuvent se manifester. Si l'on veut comprendre le Shen, il est essentiel de comprendre qu'on ne peut dissocier notre corps de notre esprit, et notre esprit de l'univers. Les chinois ont bien compris, au travers des flux énergétiques des méridiens mais aussi des équilibres issus de leurs relations entre eux, l'importance de l'invisible dans le visible, du subtil de l'énergie dans le dense de la matière. C'est une porte d'entrée par laquelle le neuro-traineur est souvent invité à passer. Il est fréquent que nous obtenions des informations par un point d'alarme d'un méridien sur une émotion ou plus précisément sur comment le patient a perçu une situation dans son émotionnel. Au niveau des méridiens nous pouvons aussi retrouver des personnes qui sont dans la résistance au changement et qui désirent retourner en arrière, qui sont dans la nostalgie, le regret d'une situation passée ou qui souhaitent retourner dans le passé pour changer l'histoire (très souvent le patient nous conduira sur une procédure dans énergie libre qui s'appelle les 10 troncs) Le neuro-training permet aussi de régler des désordres électriques des méridiens, de rééquilibrer les 5 éléments au niveau du hara ainsi que l'équilibre du yin et du yang. Enfin les méridiens portent chacun un élément essentiel de ce vers quoi nous devons tendre pour nous réaliser en tant qu'Être. Le rein est notre génétique et notre

identité, le cœur exprime la joie d'être qui nous sommes, le foie est en harmonie quand nous sommes qui nous sommes, le poumon c'est la fierté d'être soi et la rate l'amour de soi, le maître cœur recèle notre puissance personnelle... Chacun de nos organes nous invite à nous réaliser afin que notre physiologie fonctionne de manière optimale. Et c'est quand nous n'arrivons pas à exprimer ce que nous sommes, que nous n'avons pas de fierté à être nous par exemple qu'un court circuit électrique se produit au niveau du méridien associé. Ici l'absence de fierté d'être soi ferait sauter le méridien du poumon et viendrait perturber l'équilibre global du corps et créer une pathologie. En retraçant l'histoire associée à l'origine de l'absence de fierté d'être soi, le neuro-traineur retrouve tous les témoins reliés à ce stress et, une fois identifié peut rééquilibrer l'ensemble en une seule et même procédure. Cette procédure sera la plus appropriée pour le patient et déterminée par le neuro-traineur à l'aide du test musculaire.

Le corps humain visible est lui aussi comme une poupée gigogne à l'intérieur et à l'extérieur et il est intéressant de savoir sentir ce qui se passe à l'intérieur du corps pour pouvoir choisir au mieux ce qui permettra un maintien en santé. Faire ces choix implique une connaissance de soi. Un élément essentiel du corps humain, le fascia, a longtemps été laissé de côté par la médecine et pourtant il est la porte d'entrée vers toute pathologie, il renferme toutes les mémoires émotionnelles, les blocages, les vides et fuites énergétiques, les engorgements et chaleur ; il permet de lire le corps mais aussi, en le libérant de cheminer vers un nouvel état d'être. Le fascia est à la fois frontière entre les parties, pont reliant deux zones mais aussi structure d'ensemble. C'est la pièce jointe entre nos systèmes internes et nos systèmes externes, et c'est par le tissu conjonctif que nous entrons en lien avec le corps éthérique et les chakras. Le fascia est un vecteur de la perception de soi qui nous permet de ressentir l'unité du corps, de pressentir l'espace qu'il occupe en tant que corps physique et corps subtil. Le fascia perçoit et nous transmet l'information sensorielle des différentes enveloppes subtiles de notre corps et de ceux qui sont autour de nous. Il contribue au lien entre matière / forme incarnée et conscience / information. Il est donc une voie pour communiquer directement avec le corps compris comme une globalité. Le fascia ou tissu conjonctif, est la trame de l'architecture fluide, mélange de solide et de liquide, porteur de la souplesse, de la force, de l'élasticité, de la sensorialité et de la continuité du corps. Le fascia est l'organe proprioceptif qui nous offre des repères dans l'espace temps et nous permet

de nous maintenir dans la verticalité en maintenant le corps dans son unité<sup>23</sup>. La verticalité est ce qui définit l'Homme en tant qu'Être déployé, cette verticalité symbolise l'Être auto-conscient. L'oubli ou la perte de soi en tant qu'Être peut donc se lire au travers des fascias et c'est également en passant par eux et en libérant petit à petit toutes les mémoires de chocs émotionnels que le patient va retrouver la conscience de qui il est vraiment. En lisant les fascias en début de séance le neuro-traineur va savoir ce qui se joue dans la problématique du patient. En fonction du côté touché par le stress le neuro-traineur sait si la personne vit l'histoire contre elle-même (fascia gauche) ou contre les autres (fascia droit), si c'est de l'ordre du conscient (fascia coté droit) ou si c'est de l'ordre de l'inconscient (fascia du coté gauche), si cela part de lui ou vient vers lui, si ce sont les fascias des deux côtés qui répondent, ce sera une problématique d'identité, une programmation, un héritage, de l'inné, une expression, de l'imaginaire ou une demande spécifique... Au niveau des segments (hanche, diaphragme, épaule et cou) le neuro-traineur aura accès à d'autres informations plus précises. Enfin, avec de la pratique, il devient possible de ressentir la circulation énergétique en posant simplement les mains sur les chevilles du patient.

Roanne Scholtes<sup>24</sup>, relie l'intégrité des fascias à la respiration primaire telle qu'enseignée dans le tao et découverte en Europe par William Sutherland, le père de l'ostéopathie crânienne (il la définissait d'ailleurs comme une respiration spirituelle). Cette respiration essentielle permet d'alimenter les mitochondries qui se mettent alors à produire une énergie piézo-électrique<sup>25</sup>, énergie dont a besoin l'hypophyse coincée entre cervicale et sommet du crâne (l'occiput) et, étant coincée aujourd'hui en raison de l'état de stress permanent que nous subissons, elle ne sait plus donner des ordres de fonctionnalité correcte à la plupart des hormones du corps et donc nous ne fonctionnons en général que sur endorphine, sérotonine, cortisol et adrénalines alors que nous avons beaucoup plus d'hormones au naturel qui déjà nous permettraient de connaître la vacuité comme état d'Être serein sans attente ni

---

<sup>23</sup> Chez les chinois, l'idéogramme du shen montre l'essence céleste qui se révèle à l'homme dans sa verticalité, pour se répandre en lui puis au travers de lui, il transmet son rayonnement vers l'extérieur : du monde vers l'univers. Par cet idéogramme nous comprenons l'aspect vital du shen, il est impossible de comprendre cette notion de shen si on la dissocie de sa notion spirituelle, physique et psychique. Le shen est la conscience de notre moi, c'est grâce à lui que nous pouvons discerner avec un esprit clair et serein car il régule nos émotions et évite les extrêmes

<sup>24</sup> *La voie des tissus blancs*, Roannes Scholtes, éditions les trois colonnes

<sup>25</sup> cette lumière solaire électrique qui est l'énergie subtile dont ont besoin nos cellules pour fonctionner correctement



besoin et qui facilite l'expression de Soi. Ainsi par la vacuité, nous quittons le cerveau reptilien et cela nous permet de vivre et d'expérimenter, de voir les choses à partir du cerveau préfrontal, de voir les choses sans s'y sentir imprégné émotionnellement c'est-à-dire sans être submergés par ses émotions. Nous devenons alors observateurs conscients de ce qui se passe et comprenons que les situations vécues ne nous touchent pas personnellement, elles sont induites ou vécues par les autres. A partir de ce moment-là nous pouvons être dans l'écoute de ce qu'est notre vie sans avoir à réagir avec violence, tristesse, peur, non choix... Et c'est parce qu'entre 7 ans et 11 ans nos croyances et attentes d'enfants se trouvent malmenées par la confrontation avec la réalité extérieure et la perception que l'on a de cette même réalité, les attentes parentales, les exigences sociales ... que nous allons bloquer le coccyx et que nous perdons cet état d'être. Nous sommes alors déjà dans une crispation, une adhérence de tous les tissus du corps et nous ne respirons plus qu'avec les trois quart des poumons, le bas du corps est privé d'oxygène, nous nous coupons de nos racines et perdons notre stabilité, notre puissance personnelle. Cette crispation sollicite l'amygdala, la sentinelle émotionnelle qui va se mettre entre le cortex et en particulier le cerveau préfrontal et le cerveau reptilien et ainsi court-circuiter la liaison entre le cortex et le tronc cérébral. La dure-mère qui est une membrane qui se retrouve dans le sacro-iliaque et qui va remonter par la moelle au niveau de l'occiput s'ouvre comme deux toiles d'araignées qui viennent envelopper les deux hémisphères cérébraux. Comme nous ne pratiquons plus la respiration primordiale en raison des stress émotionnels que nous accumulons, nos vertèbres se figent en continu et cela va exercer une traction constante sur la dure-mère qui va resserrer ses membranes autour des deux hémisphères cérébraux. Donc le moindre choc devient l'explosion atomique à laquelle la personne ne sait alors plus comment réagir (fuite) ou se trouvera dans une réactivité défensive, offensive (lutte) ou en tétanie (l'état de sidération qui met en accident). Elle était déjà à la base dans cet état de fonctionnement automatique, comme sous hypnose, gouvernée par son cerveau reptilien, mais comme le monde occidental vit dans son mental, elle ne le voyait pas. Elle était dans demain, hier, peut-être, et si... dans la gestion du quotidien mais elle n'était pas là, pas présente à elle même, pas auto-consciente d'elle même. Et le problème essentiel réside en ce phénomène qui conduit à vivre sous hypnose, coupé de son essentiel, de son Être profond et véritable, de sa guidance intérieure, dans un émotionnel de plus en plus

important. Cela explique aussi le phénomène d'hypersensibilité qui est l'expression d'une allergie émotionnelle par saturation ; l'intensité émotionnelle devient trop forte et submerge alors la personne. Et c'est aussi en cela que le neuro-training est un outil fabuleux de retour à soi, c'est en levant les stress émotionnels couche après couche, séance après séance, que nous pouvons offrir la compréhension de soi en tant que système complexe interconnecté d'abord à l'échelle individuelle entre le visible et l'invisible, l'infiniment petit des mitochondries et cellules avec l'infiniment grand du corps atmosphérique ; mais aussi à l'échelle collective dans l'interdépendance à un inconscient collectif et au delà à l'échelle universelle à l'interdépendance à tout ce qui est. Cette compréhension complexe d'appartenir à un tout illimité ouvre la voie à la recherche de la Vérité et ainsi à l'expression de ce qui est en germe en chacun d'entre nous, de la plus lumineuse version de qui nous sommes vraiment et de ce qui est appelé le soi supérieur. Le neuro-training offre la possibilité d'aller à sa rencontre en se libérant de ce qui nous conditionne et en nous sortant de l'état d'hypnose collective, c'est une première étape qui apporte un grand bien-être mais cela ne reste qu'une étape. Cela permet de fonctionner et de sortir de la compensation. Il est possible de s'arrêter à cette étape. Fonctionner est déjà un énorme gain et peut suffire. Certains patients d'ailleurs s'arrêteront à cette étape et cela est parfait ainsi, cela leur convient, nous avons chacun un rythme et des objectifs différents. D'autres par contre auront conscience que ce n'est qu'une étape et qu'il est possible d'aller bien plus loin à la rencontre du Divin en chacun d'entre nous. S'ouvre alors un autre chemin après la libération du Soi en tant qu'individualité, le retour et la reconnexion au Soi divin en tant que co-créateur pour le bien de tous. Ce qui est à l'intérieur est comme ce qui est à l'extérieur et si le corps retrouve de la souplesse et de la vitalité, l'esprit lui aussi retrouve souplesse et vitalité. Le physique influe donc sur le subtil et inversement. Ainsi en levant les charges émotionnelles négatives une séance de neuro-training va permettre de libérer les fascias. Cette libération est contextuelle et liée à la problématique travaillée mais séance après séance c'est une libération profonde qui se fait. Et plus les fascias seront libres et fluides plus le niveau de conscience va évoluer et s'élargir ; plus l'état de conscience sera large et plus nous serons en capacité d'embrasser une compréhension large et complexe de l'Homme, du monde et de l'univers et de comment tout est imbriqué<sup>26</sup>, comment l'infiniment

---

<sup>26</sup> Par exemple Nos 5 doigts de la main sont reliés à 5 planètes, Venus, Jupiter, Saturne, le Soleil et Mercure

petit est l'expression de l'infiniment grand, façonné à son image tout comme l'homme a été créé à l'image du divin. Cette compréhension est libre de toutes limitations culturelles et religieuses car elle est l'expression de la connaissance intérieure.

**La souffrance physique ou émotionnelle comme porte d'entrée pour se rencontrer et se retrouver.**

Une pathologie X ou Y permet de retrouver les chocs émotionnels et les difficultés qu'un patient n'a jamais su guérir ou résoudre et qui fait que finalement le corps a mis en place un processus de survie qui est la maladie ou le symptôme. Ainsi, au fil des séances chaque voile ou couche solutionnée et levée chez le patient permet de se rencontrer, rencontrer c'est pour moi le processus qui permet de faire sortir de soi ce qui ne nous appartient pas (des croyances erronées ou limitantes, des valeurs extérieures, des lois, des implants, des peurs) et petit à petit de nous découvrir et enfin de rencontrer qui nous sommes vraiment. Et qui nous sommes vraiment c'est un être humain c'est à dire l'Homme qui s'est élevé au dessus de son animalité car nous sommes aussi des mammifères, avec des corps inférieurs et des corps supérieurs avec comme axe de symétrie entre les deux la conscience. Quand les corps inférieurs ne laissent pas la place aux corps supérieurs nous sommes dans le champ de l'animalité, des instincts de survie et nous avons alors oublié que nous sommes des Êtres de conscience, des Êtres créateurs, des Êtres puissants. Quand nous sommes dans cet oubli nous sommes dans la compensation, dans la survie et c'est le cerveau reptilien qui nous gouverne, nous sommes sous hypnose, les surrénales ont pris le pouvoir. Difficile dans cette configuration de pouvoir choisir comment agir, il n'y a même pas de place pour l'action car tout ce qui est alors possible relève de la réaction à. Coupés du souvenir de qui nous sommes nous perdons accès à notre responsabilité, et ne pas prendre responsabilité pour soi c'est reporter sur l'extérieur (les autres, la société, le contexte, le hasard, la malchance...) la responsabilité de ce qui nous arrive. Dans cette configuration nous devenons victimes de, nous sommes alors sous emprise de celui ou de ceux à quoi nous remettons notre pouvoir. Le neuro-training permet de sortir de ce cercle infernal avec

par exemple le processus influence<sup>27</sup>. En réintégrant notre pouvoir en prenant responsabilité pour nous-mêmes nous réintégrons de l'énergie pour fonctionner tout de suite mais aussi de l'énergie disponible pour aller voir plus tard d'autres problématiques plus profondes. En fonction de l'état d'Être et de la vitalité du patient le neuro-traineur sera amené à faire des séances plus ou moins importantes et il est fréquent de commencer par de petites problématiques annexes ou le système inné si le patient est en grande détresse avec une vitalité basse avant de pouvoir aller voir la problématique pour laquelle le patient est venu consulter. Chaque séance va aller lever des filtres ou couches successives comme on éplucherait un oignon pour atteindre au final le cœur ou la racine de ce qui a provoqué le séisme le plus violent qui a sorti le patient de son unité. Tout être doit pouvoir (c'est-à-dire avoir l'énergie disponible que l'on travaille au travers de la permission énergétique) exprimer sa nature (le neuro-traineur y accède par la permission génétique) partout et à tout moment (permission du temps et de l'espace) pour s'intégrer automatiquement (permission Etat Profond) et vivre l'unité en soi et avec les autres par le choix. Et c'est une fois cette unité atteinte, que le patient ne se retient plus d'être qui il est, qu'il peut fonctionner de manière fluide et facile. Il devient alors possible de s'adapter à toutes les situations que la vie va lui proposer car il n'a plus de résistance au changement et il a recouvré sa capacité à choisir. Par le choix il peut apporter la réponse la plus appropriée, car il prend désormais responsabilité pour lui même. Mais l'unité du retour à soi est bien plus que cela, elle est le début d'une ouverture de conscience qui permet d'entrevoir que l'Homme est aussi un Être bien plus grand que juste ce personnage sur terre, qu'il comporte une dimension permanente au-delà de l'impermanence de ce personnage ; dans celui qui ne sait rien réside celui qui sait, celui qui est. Un peu comme s'il y avait un acteur qui joue une pièce de théâtre et qui disparaît une fois le rideau tombé (un cycle d'incarnation ou une vie sur terre du personnage mortel) et en même temps le metteur en scène et auteur qui et

---

<sup>27</sup> Le processus influence se retrouve dans les 11 défenses primaires, c'est une défense par rapport à la société. Il permet d'identifier la source de cette influence qui peut être des parasitages, une incongruité d'âge, une énergie négative, un drainage d'énergie, un transfert, un programme ou cycle et enfin un héritage. Ces 11 défenses traduisent ici encore les différentes dimensions de l'Homme il y a des défenses contre soi même (moi négatif qui touche le domaine mental) contre les autres au travers du relationnel masculin /féminin (l'étoile qui touche le domaine émotionnel), contre notre naturel (les défenses physiques), contre nos épreuves de vie (les défenses énergétiques)... jusqu'à arriver à des couches plus globales telles que les défenses contre la famille, contre la société puis contre l'univers.

toujours là quoi qu'il arrive et ces deux dimensions sont l'expression d'un seul et même Être, c'est l'union de ce que l'on pourrait appeler divin (esprit) dans l'humain (la matière). L'interface qui fait le lien entre la partie humaine ou corps inférieurs et la partie divine ou corps supérieurs est la conscience. L'esprit et la matière sont deux pôles, deux principes avec lesquels l'être humain doit savoir agir intelligemment, raisonnablement et surtout prudemment en ne négligeant pas l'un au détriment de l'autre. Il ne s'agit pas d'oublier le corps pour se perdre dans le mysticisme ou d'oublier l'esprit pour vivre dans une société consumériste dont le paradigme dominant est l'avoir, mais il s'agit de retrouver l'équilibre en redonnant à l'esprit et à la matière leur place respective ; ne pas rejeter la matière mais la rendre soumise et obéissante à l'esprit. Le progrès technique, les appareils, l'abondance matérielle sont là, alors comment expliquer que les gens soient plus malades, plus mécontents, plus révoltés malgré l'existence de tous ces progrès ? C'est donc que quelque chose n'est pas au point, tout simplement parce qu'on a pris un chemin et qu'on a oublié l'autre. Aussi, une fois que nous avons réussi à trier ce qui nous appartient de ce qui ne nous appartient pas, une fois que nous avons reconnu nos valeurs, certitudes, nos caractéristiques propres et que nous connaissons les principes universels qui nous gouvernent, une fois que nous avons redécouvert nos trois corps inférieurs (le corps physique / éthérique, le corps astral et le corps mental) nous avons le choix de nourrir notre esprit, ce qui nous anime et d'aller ainsi à la redécouverte de notre dimension supérieure et des trois corps qui la constituent (le corps causal, bouddhique et atmique). La conscience est ce qui fait l'interface entre les corps inférieurs et supérieurs, elle est l'écran sur lequel se projette ce qui se passe dans l'être humain. En réalité elle est plutôt une petite partie de ce qui se projette car une grande partie ne s'y projette pas et relève de l'inconscient. Il est lui-même divisé en deux parties un inconscient inférieur ou subconscience et un inconscient supérieur ou supraconscience. De tout ce qui se passe en nous très peu de choses arrivent à notre conscience qui est donc un écran très limité par manque de connaissance du corps, de soi ; à vivre essentiellement dans sa tête, son mental, l'homme occidental perd en qualité de conscience et donc de présence. Les processus vitaux par exemple comme la digestion, la circulation, la respiration, l'élimination, la croissance échappent totalement à notre conscience. Et pourtant il est possible de travailler à ce

que ces processus deviennent conscients par des exercices de méditation interne<sup>28</sup> ou des exercices de respiration consciente. Pour pouvoir élever son degré de conscience il convient donc de travailler au préalable sur les trois corps inférieurs le corps physique (qui comprend aussi le corps éthérique) le corps astral (qui est le siège des émotions et des sentiments) et le corps mental (qui est le conducteur des pensées). Ces trois corps se trouvent sous la ligne de démarcation que forme la conscience. Plus nous les connaissons, plus nous savons comment ils fonctionnent et plus nous sommes à l'écoute et réceptifs à ce qu'ils sont et à leur modus operandi, plus nous devenons conscients de nous-mêmes et maître de nous-mêmes<sup>29</sup>. Viennent ensuite le corps causal, qui est le corps de la sagesse, le corps bouddhique qui est le siège du corps de l'amour impersonnel, et le corps atmique qui est le corps de la toute puissance divine. Chez la majorité des humains, seuls les trois corps inférieurs sont à peu près développés ; les trois corps supérieurs qui sont seulement en germe ne se manifestent presque pas. Les trois corps inférieurs correspondent à la personnalité, les trois corps supérieurs correspondent eux à l'individualité<sup>30</sup>. L'Homme possède donc deux natures douées des mêmes possibilités d'agir, de sentir, de penser mais l'une à un niveau inférieur et l'autre à un niveau supérieur. Elles correspondent à des états d'Être différents qui eux-mêmes engendrent une façon de percevoir le monde différente. En réalité les deux natures ne sont pas séparées l'une de l'autre et chaque corps inférieur est lié au corps supérieur correspondant : ainsi le corps physique et éthérique est lié au corps atmique, le corps astral au corps bouddhique et le corps mental au corps causal. C'est le but de l'évolution humaine, que chaque corps supérieur s'incarne dans le corps inférieur correspondant et le corps humain recevra l'illumination parce que sa nature divine sera venue s'installer en lui. Si on revient à la ligne de démarcation entre notre partie inférieure et notre partie supérieure qu'est la conscience, à cet écran où viennent se refléter des deux régions de l'individualité et de la personnalité, nous pouvons voir que ce qui influe sur sa nature est notre degré de compréhension. Donc si notre

---

<sup>28</sup> *Energie vitale et auto guérison secrets taoïstes pour rajeunir et guérir*, Mantak Chia, aventure secrète édition j'ai lu.

Par exemple les méditations du sourire intérieur de Mantak chia ou les méditations de la petite et de la grande orbite cosmique.

<sup>29</sup> Et c'est en devenant maître de nous même que nous devenons capable de nous maintenir en santé, dans un corps souple (c'est à dire adaptable et donc capable de faire face à l'inconnue et d'y répondre de manière appropriée par le choix le plus opportun sur le moment) et débordant de vitalité.

<sup>30</sup> cf « *connais-toi toi-même* » *jnani yoga*, Omraam Mikael Aïvanhov, Œuvres complètes tome 17, Edition Prosveta.

conscience de nous-mêmes est limitée, c'est que nous sommes nous-mêmes limités dans notre activité. Tous les humains possèdent les germes de ces corps qui sont amenés un jour à se développer pleinement. D'une façon générale on peut dire que la conscience est le reflet de nos préoccupations, de notre façon de vivre. Si nous renforçons notre personnalité qui est grossière, primitive, animale, notre conscience va se rétrécir, s'obscurcir et ne refléter que des images déformées un peu comme les hommes prisonniers de la doxa dans le mythe de la caverne de Platon. Dans cette configuration règnent les peurs, les croyances limitantes, la tradition et la culture, le non choix... c'est l'ère par excellence de l'alternative lutte ou fuite avec des surrénales sur-sollicitées. A l'inverse, si nous donnons une beaucoup plus grande importance à notre nature supérieure, les pensées, les sentiments, les sensations qu'elle va projeter sur notre conscience seront la quintessence divine. Pour élargir la conscience il faut donc laisser se manifester en soi la nature supérieure qui est clairvoyante, omnisciente, tout-amour, toute puissante. La conscience n'existe que comme conséquence de tout ce qui se passe à l'intérieur de l'être humain. Le neuro-training permet donc de choisir de sortir de la caverne dont parle le mythe de Platon, afin de pouvoir aller voir au-delà comment est la réalité. Ensuite c'est un travail quotidien de maîtrise et de connaissance de soi en interne grâce à des outils tels que le tai-chi, les méditations intérieures, la maîtrise du souffle... Ce qui est fabuleux et ce qui me plaît dans la pratique du neuro-training c'est qu'il permet de s'adapter à tous les profils, de travailler sur tous les plans de l'Homme en fonction de l'endroit où le patient se trouve dans son cheminement personnel. Il peut être déclencheur d'une grande transformation de grands changement comme des séparations (quand une relation n'est plus harmonieuse mais que l'on reste par peur de la réaction de l'autre, peur de ne pas réussir à faire face seul au quotidien, parce que dans la famille une séparation n'est pas acceptable...) des réorientations professionnelles, des changements de postures (des corps qui s'ouvrent et se redressent, des visages qui se transforment, des yeux qui deviennent vivants), un relationnel plus fluide, mais aussi de surmonter des échecs répétitifs et bien d'autres choses. Le neuro-training appartient à cette troisième voie dont parle Douglas Harding, cette voie qui mène à notre but. Ce but que parfois on oublie et qui comprend « *la découverte du sens de notre vie et de toute vie, la vision de ce que et qui nous sommes vraiment, l'état dans lequel nous sommes libérés de la peur, de l'avidité, de la haine et de l'illusion, la révélation de*

*nos ressources les plus profondes, auxquelles nous sommes tous enfin reliés, l'accès à la paix, l'union avec notre source, le retour chez soi<sup>31</sup> » Et je trouve que c'est une belle définition de ce qu'est le neuro-training. Et je finirai sur une citation de Ralph Waldo Trine<sup>32</sup> qui démontre que plus nous sommes alignés avec notre nature profonde et plus notre vie est facile et fluide, plus nous sommes en paix. Trine dans son livre Harmonie avec l'infini dit : « *la vie alors, n'est plus qu'un dur labeur, elle s'écoule jour après jour presque comme les marées montent et descendent, comme les planètes décrivent leur orbite, comme vont et viennent les saisons.**

*Tous les maux, toutes les incertitudes, souffrances, peurs, angoisses et perplexités de la vie nous arrivent parce que nous ne sommes pas en harmonie avec l'ordre divin des choses. Tout cela continuera de nous arriver tant que nous vivrons ainsi. Ramer à contre-courant est dur et dangereux. Aller dans le sens du courant et profiter ainsi du mouvement d'une grande force naturelle est facile et sans danger. Prendre conscience de notre unité avec la Vie et la puissance infinie, c'est épouser cet ordre divin. Se mettre ainsi en harmonie avec l'Infini, nous mets en harmonie avec tout ce qui nous entoure<sup>33</sup> » Et effectivement si dans notre verticalité nous sommes en harmonie, notre horizontalité (tout ce qui vient à nous) sera le reflet de cette harmonie. Ce que nous présente la vie, ce qui vient à nous n'est que le reflet de ce que nous sommes. C'est pourquoi il est primordial et essentiel d'aller à la rencontre de soi et d'ouvrir sa conscience.*

---

<sup>31</sup> La troisième voie, vers un nouvel humanisme, Douglas E. Harding, collection espace libre, Edition Albin Michel

<sup>32</sup> Ralph Waldo Trine auteur, philosophe, mystique et professeur du XIX, était un véritable pionnier dans le domaine de la pensée transformationnelle et son premier livre « en harmonie avec l'infini » est un véritable succès qui a été source d'inspiration pour Henry Ford.

<sup>33</sup> *A l'unisson de l'infini*, Trine Ralph Waldo, Paris, Ed Fischbacher



## Sommaire

<b>Remerciement .....</b>	<b>P 2</b>
<b>Introduction .....</b>	<b>P 4</b>
<b>Le point de rupture comme révélateur de nouvelles possibilités et de changement de paradigme.....</b>	<b>P 5</b>
<b>Le soi comme expression de réalisation de l'Être : une expression de l'harmonie retrouvée .....</b>	<b>P 11</b>
<b>La posture du praticien témoin de l'expression du soi : le praticien comme facilitateur .....</b>	<b>P 19</b>
<b>L'homme un corps visible comme expression de corps subtils interdépendants et connectés entre eux.....</b>	<b>P 23</b>
<b>La souffrance physique ou émotionnelle comme porte d'entrée pour se rencontrer et se retrouver .....</b>	<b>P 34</b>
<b>Bibliographie .....</b>	<b>P 42</b>

## Bibliographie

- *La danse de vie des lettres hébraïques*, Tarot de Marie Elia, Edition de l'émeraude.
- *Neuro-training les clefs pour retrouver la santé et le bien être, les solutions pour s'aligner avec sa vraie vie*, José Chouraqui, Editions quintessences.
- *La peur, origine de nos maladies, comment s'en libérer pou se guérir*, Seymour Brussel, éditions Dervy
- *Le corps de l'enfant est le langage de l'histoire de ses parents*, Willy Barral petites éditions payot psychologie.
- *Famille un trésor, un piège métagénéalogie comment guérir de sa famille*, Alejandro Jodorovsky, Marianne Costa, Poket
- *Les fantômes familiaux, psychanalyse transgénérationnelle*, Bruno Clavier, édition petite bibliothèque Payot, essais
- *Votre corps a une mémoire*, Virginie Brousse, poche marabout psy
- *Le corps subtil, la grande encyclopédie de l'anatomie énergétique*, Cyndi Dale édition Macro édition
- *Le petit livre de la guérison, comprendre le sens de nos maladies*, Jean Philippe Brebion, éditions Quintessence.
- *Anatomie de l'esprit, le sens psychologique et énergétique des maladies*, Caroline Myss, collection aventure secrète, édition j'ai lu.
- *La voie des tissus blancs*, Roannes Scholtes, éditions les trois colonnes.
- *Energie vitale et auto guérison secrets taoïstes pour rajeunir et guérir*, Mantak Chia, aventure secrète édition j'ai lu.
- « *connais-toi toi-même* » *jnani yoga*, Omraam Mikael Aïvanhov, Œuvres complètes tome 17, Edition Prosveta.
- *La troisième voie, vers un nouvel humanisme*, Douglas E. Harding, collection espace libre, Edition Albin Michel
- *A l'unisson de l'infini*, Trine Ralph Waldo, Paris, Ed Fischbacher
- *La voie du sentir, enseignements rassemblés par Robert Eyméri*, Luis Ansa, Les éditions du relié
- *Médecine énergétique, éveillez le guérisseur en vous*, Donna Eden et David Feinstein, édition Ariane.
- *Le livre de wou-ti la bible de l'énergie interne*, présenté par Gérard de Longley-Vaast, éditions B.A.G.I.

- *Equilibrer l'énergie vitale par la polarité*, Franklyn Sills, collection chrysalide, édition le souffle d'or.

- *La plénitude du vide*, Trinh Xuan Thuan, édition le livre de poche.



*Crédit photo 7licea*