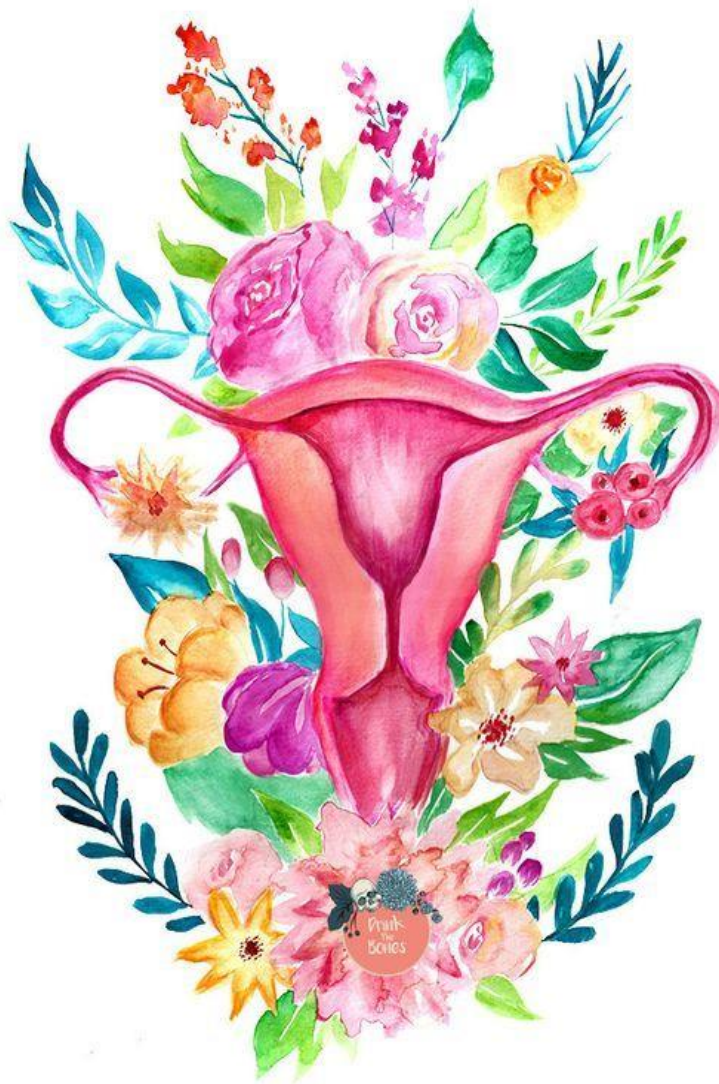


« Notre place de femme »
Que nous dit notre utérus ?
Zoom sur l'Endométriose



Mémoire de Neuro-Training : Promotion 2019-2022

Marine Heurtevent

Sommaire

Introduction

- Parcours personnel
- Définition du Neuro-Training

1. Comprendre l'endométriose

- L'endomètre et son utilité
- Qu'est qu'une endométriose ?
- Les symptômes et douleurs liés à l'endométriose
- L'endométriose et la qualité de vie
- L'origine et les causes de l'endométriose
- Les traitements actuels

2. Décryptage symbolique, biologique et psycho-généalogique

a. La femme et la quête de sa place

Dans l'histoire, dans notre société actuelle, au sein de la structure familiale, dans les gênes, les conséquences des violences faites aux femmes ...

b. Le Neuro-Training, outils de compréhension

Que nous dit le corps ? les pistes de décodage biologiques, messages inconscients, schémas hérités implantés, le projet sens, la place dans la fratrie, mémoire d'IVG, le projet sens, l'étoile à 5 branches, les Voies de récompenses cérébrales...

3. Une approche holistique via le Neuro-Training (proposition de soins)

Moi négatif, glandes 2 points, méridiens réactifs, acupression, Le système lymphatique, l'autohypnose, ostéopathie, alimentation...

INTRODUCTION

Mon cheminement vers le Neuro – Training

J'ai eu la chance d'être élevée et éduquée à être ouverte et respectueuse des choses que l'on ne comprend pas et curieuse des choses que l'on ne peut pas voir.

C'est ce qui a fait la femme que je suis aujourd'hui avec un esprit sans barrière et jugement sur les connaissances et phénomènes qui ne sont pas toujours explicables avec des mots mais compris avec l'intelligence de l'âme.

Ces facteurs qui m'ont conduit au Neuro-Training, depuis l'adolescence je me suis toujours posée beaucoup de questions sur l'âme, notre quête ici dans la matière, ce qui se passait après la mort, dès l'enfance mon père me contait ses expériences de clairvoyance, de communication avec des mondes inconnus, non explicables et j'étais pendu à ses lèvres dans le suspens d'en apprendre plus.

Etrangement (ou pas) dans mes rencontres, j'ai souvent côtoyé ses « personnes là », dons, intuitions développées, canal plus ouvert peu importe les noms que l'on y met, j'ai toujours pu en apprendre un peu davantage via les expériences que chacun pouvait vivre à sa manière.

C'est en rentrant d'expatriation que mon chemin a changé radicalement, un cycle se terminait, m'installant à Lyon sans connaître personne, j'ai décidé de devenir comptable, va savoir cette discipline rassurait mon esprit organisé... s'en est suivi un bon coup de pied de l'univers me démontrant que ce n'était pas ma voie. Trois déménagements plus tard, une séparation après 8 ans de couple, la perte de mon animal, une démission houleuse, s'en était de trop ! Je suis partie, partie me retrouver, trouver quelques réponses à ce que je voulais faire de ma vie, trouver un sens, une voie qui me correspondait et surtout où je me sentirais à ma place pour poser mon esprit afin qu'il devienne plus intuitif. Au retour les réponses n'étaient pas là mais une Marine plus détendue, plus détachée, après quelques mois les réponses sont venues à moi j'étais prête et en conscience pour les recevoir.

C'est là que le Neuro Training a fait son entrée, ma meilleure amie Emilie s'était plongée dans son travail via le Neuro-Training avec l'aide de Daniel, et de sa cousine Sandrine. Je vous dois un grand merci à vous trois ! Emilie, me racontait donc ses séances, ce qu'elle avait découvert sur elle et sa famille, je la voyais transformée et assidue dans son cheminement et ce qu'elle me contait me passionna et m'emplit de curiosité ... C'est à la même période que mon projet prenait forme dans ma tête, créer un lieu de soin autant animal qu'humain ! La journée porte ouverte de l'école a fini de me convaincre, c'était la première fois qu'une discipline touchait et regroupait tous les domaines qui m'intéressaient avec en plus une approche très spirituelle, qui prenait l'être dans sa globalité de façon très respectueuse. J'ai su à cet instant, que j'étais au bon endroit avant tout pour moi pour guérir et par la suite pour apprendre et aider les autres.

Guérir et comprendre avant tout la maladie qui partage et envahit ma vie depuis mes premières menstruations. L'endométriose avec qui j'ai appris à vivre, aussi lourde physiquement que de messages quant à sa symbolique. C'est enfin là, que j'ai compris pourquoi je ne me sens nulle part à ma place et pourquoi j'ai ce besoin incessant de répondre et correspondre aux attentes des autres. Quelque part pour me sentir exister ? Maladie et souffrance, deux maux qui viennent inéluctablement excuser mon besoin d'amour et d'attention...

Qu'est-ce que le Neuro Training ?

Le Neuro-Training est une discipline holistique et pluridisciplinaire qui utilise des processus d'éducation, de récupération et d'expression pour défier le cerveau et l'entraîner neurologiquement pour qu'il puisse répondre et s'adapter de manière optimale à toutes les situations qu'elles soient horizontales ou verticales. Ce travail, permet de garder nos valeurs et conserver ce que nous sommes dans notre entièreté. En expérimentant au mieux et en apprenant de l'expérience vécue ou héritée au lieu d'y survivre.

Cette stimulation du système nerveux permet à n'importe quelle personne de prendre conscience de ses ressources, et de les développer, afin qu'elles en deviennent une capacité naturelle, innée, pour retrouver son pouvoir personnel et d'agir par choix. Le Neuro-Training est utilisé pour trouver où, comment et pourquoi une personne est incapable de s'adapter de façon appropriée dans les différents domaines de sa vie. Le corps nous sert alors, comme un outil de questions-réponses, pour aller chercher des informations dans notre inconscient.

Notre outil de travail est le test musculaire ou monitoring musculaire, c'est le cerveau limbique qui gère le tonus musculaire, tout comme il gère le relationnel avec l'extérieur qui va nous donner l'indication si le cerveau sait s'adapter ou non à un relationnel type, tout est une histoire d'adaptation. Le neuro traîneur va ainsi monitorer un muscle en appliquant une légère pression en contraction ou extension. Deux réponses sont alors possibles, soit le muscle « verrouille », c'est-à-dire que le cerveau va nous montrer par un maintien du tonus musculaire qu'il sait faire ce qu'on lui demande, soit le muscle « déverrouille », dans ce cas le non-maintien du tonus et de la position du membre nous montre que le cerveau ne sait pas faire ce qu'on lui demande démontrant un stress sur le sujet. Grâce à ce test, et ses réponses, nous allons pouvoir interroger les muscles, les méridiens, les organes associés, la lymphe, les fonctions cérébrales ainsi que d'autres systèmes afin d'identifier tous blocages, schémas de défenses, stress, peurs, conditionnements, refoulements... et quel va être son contexte d'origine prioritaire : physique (structure, neurologie) mental (peurs, mauvaise perception) émotionnel (émotions et valeurs refoulées) ou énergétique (blocage énergétique d'un méridien, chakras) qui empêche la personne de fonctionner de manière optimale et d'avoir une fluidité de communication entre corps et esprit, base de la médecine chinoise dans laquelle le Neuro Training prend ses racines.

C'est par une lecture de l'ensemble du corps autant physique que symbolique, que le Neuro-Training approche l'être humain, dans sa globalité, il travaille avec les dimensions énergétique (pouvoir), génétique (l'inné), le temps et l'espace (partout et à tout moment) et les états profonds (l'intégration automatique) pour casser les schémas répétitifs et rompre avec les expériences qui ont nui à notre fonctionnement ou qui ont déséquilibré notre émotionnel afin de retrouver notre vrai soi.

Une approche respectueuse du corps et de l'esprit car avant toute chose, nous demandons la permission au corps, d'y aller, de continuer et d'équilibrer via le test musculaire. Pour traiter ce qui est prioritaire et objectif pour lui, ce qui apportera un soin ciblé, efficace et durable dans le temps.

Pour apporter au corps des solutions et soins adaptés, le Neuro Training dispose d'une boîte à outils rempli de savoirs et connaissances. Tels que des processus issus de la Kinésiologie, de l'Ostéopathie, de la Médecine Chinoise, Naturopathie, Chiropractie, de l'Hypnose Ericksonienne, du Décodage Biologique, de l'Homéopathie mais dispose également de ses propres techniques. Celles-ci tendent à faire connaître les mystères du corps humains et d'autres disciplines arriveront au fil de l'expansion du Neuro-Training. Nous, joyeux apprentis et personnes qui continueront à l'expérimenter et l'enrichissent par leurs histoires !

« Tout peut être équilibré par Tout »

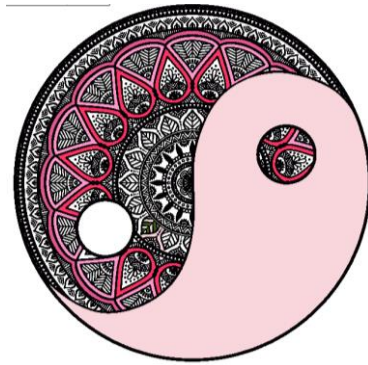
Lors de situations stressantes et traumatiques, notre cerveau peut se mettre en défense, il est ainsi fait pour nous faire fonctionner. Sa mission est de nous garder en vie l'instant d'après. Cette réaction de défense entraîne une modification au niveau du cerveau et nous empêche de fonctionner de manière normale. Pour nous protéger, le cerveau va donc scanner les expériences passées familières car il sait faire et ainsi répéter un schéma de défense antérieur qui nous avait aidé ou nos aïeux à survivre à un évènement similaire. Nous excuserons ce trouble de fonctionnement par un symptôme, un déséquilibre ou une maladie. La façon d'avoir agi dans le passé devient pour le cerveau une référence de fonctionnement, qui va gouverner nos choix à notre insu et instaurer des mécanismes de défenses non adaptés aux situations que nous vivons. Nous sommes son otage, car ceci se fait de manière inconsciente. Tout est là, la beauté du Neuro-Training est d'entraîner notre cerveau à pouvoir répondre de manière adaptée sans passer par des systèmes de défenses préexistants et obsolètes. Dans le but de cesser la répétition de ces schémas qui masquent notre vraie nature afin de nous redonner le choix d'être nous !

Les schémas répétitifs négatifs et les symptômes sont là pour nous montrer que l'on a enfoui en nous une situation inachevée, quelque chose qui n'est pas réglée, que l'on s'éloigne de la voie du milieu, de notre vrai soi.

« Toute pathologie prend sa source dans le refoulement de l'expression de nos valeurs, dans le non-choix, dans notre projet sens, dans une inversion d'attitude et dans la peur »

José Chouraqui

Pour éliminer toute pathologie, il faut tout d'abord en comprendre le sens, un problème (peurs, habitudes, croyances, symptômes) reste tant que nous lui trouvons une utilité, tant que nous n'avons pas entendu correctement son message et identifier son origine. Et tant qu'il y aura la trace, l'histoire se répètera.



Ce mémoire a pour but d'établir une rapide cartographie de la maladie qu'est l'endométriose et d'y amener des réflexions sur quelques approches thérapeutiques adaptées aux femmes atteintes. Pour ainsi faciliter la compréhension que chaque femme peut avoir de son corps, en l'écouter raconter son histoire grâce à la pratique et effets du Neuro-Training, discipline infinie dans l'enrichissement que chacun peut y apporter.

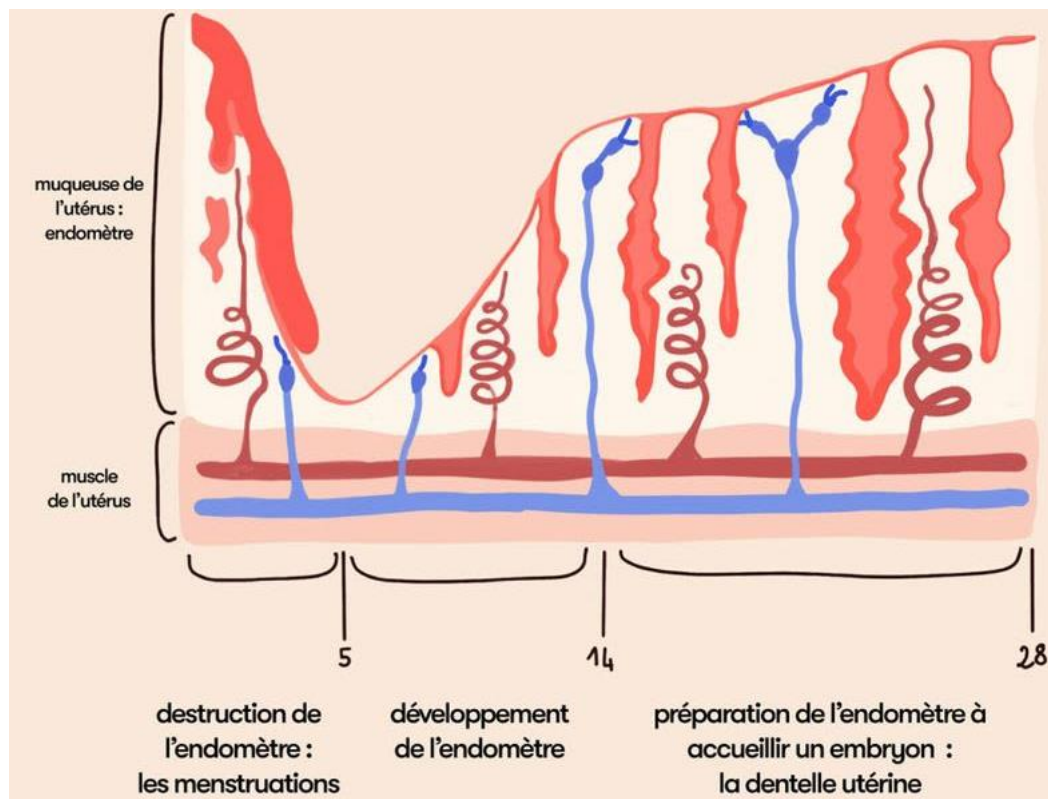
1. Comprendre l'endométriose

L'endométriose, souvent décrite par des spécialistes de la maladie comme un « cancer sans cellules cancéreuses » : Les lésions de la maladie (kystes, adhérences) se propagent comme les métastases d'un cancer.

« L'endométriose est douloureuse comme un cancer dont on ne meurt pas »

L'endomètre et son utilité :

L'endomètre est la muqueuse tapissant les parois internes de l'utérus, le myomètre. Qui s'épaissit puis s'affine au fil du cycle menstruel, sous l'action des hormones sécrétées par les ovaires, que sont les œstrogènes. Durant les règles, l'endomètre se desquame et constitue les menstruations, il se reconstitue petit à petit jusqu'aux prochaines règles, sa fonction est tout simplement d'accueillir l'embryon en cas de fécondation.



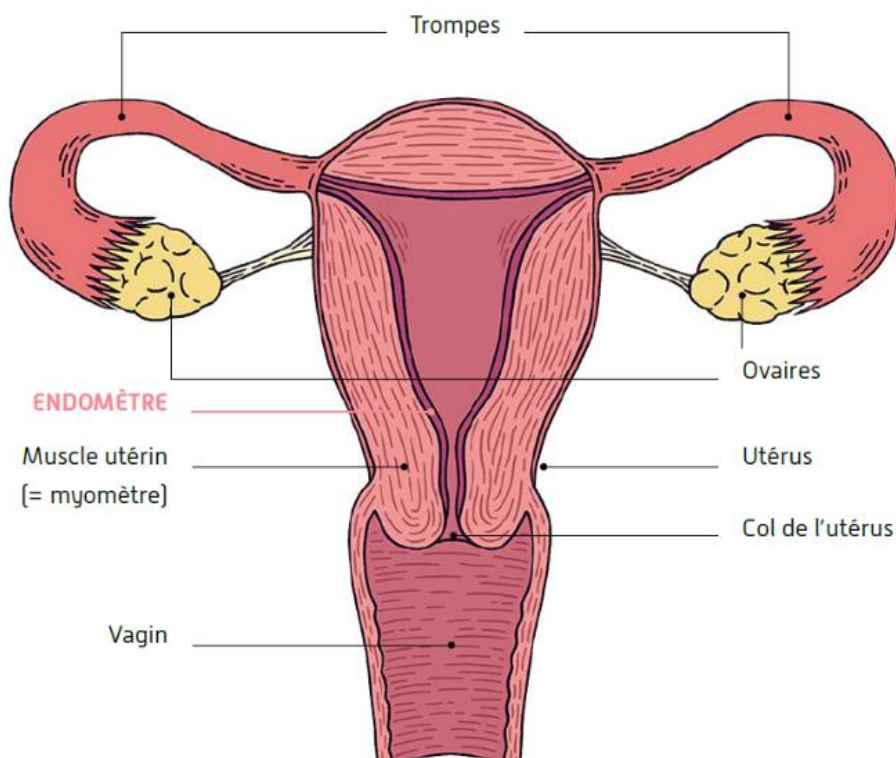
Qu'est-ce qu'une endométriose ?

L'endométriose est une maladie chronique, à dépendance inflammatoire, immunitaire et hormonale qui se caractérise par la présence anormale de cet endomètre, en dehors de la cavité utérine. Cette localisation empêche l'élimination normale du tissu, et peut entraîner une inflammation locale, des phénomènes de rétraction tissulaire, d'adhérences et d'enkystement c'est-à-dire des réactions de défenses du corps. Les formes et localisations d'endométrioses sont très variables d'une femme à une autre.

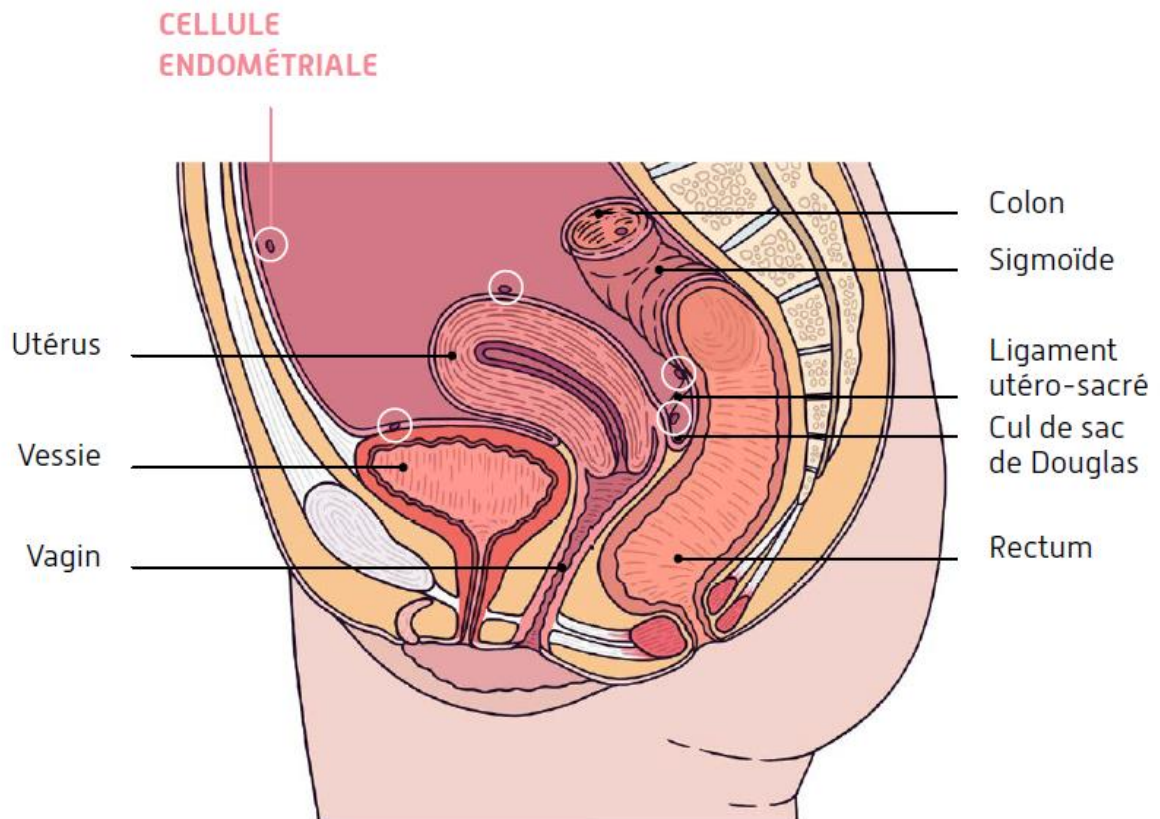
L'endométriose touche généralement un ou des organes proches de l'utérus : les trompes, les ovaires, le péritoine (tissu recouvrant la cavité abdominale).

Dans les cas les plus importants, l'endométriose peut être profonde et infiltrer les organes contenus dans la cavité abdominale (intestin, vagin, appareil urinaire, etc.). Elle peut aussi se développer sur le diaphragme. Dans les cas où l'endomètre infiltre le myomètre, c'est-à-dire le muscle de l'utérus, on parle d'adénomyose.

Le Docteur Carl Von Rokitansky (1804-1878), médecin pathologiste autrichien, fut le premier à décrire l'endométriose par ce qu'il a nommé comme étant « la présence de muqueuse utérine en dehors de l'utérus » dès 1860. Mais le terme endométriose n'est apparu qu'en 1921 avec le Dr John Albertson Sampson (1873-1946) qui s'intéressa de près à la maladie, il estimait déjà à l'époque que 10% de la population féminine semblait touché par cette pathologie.



Tout le corps peut être potentiellement touché, mais les organes autour de l'utérus le sont plus fréquemment :



La fréquence de l'endométriose est difficile à estimer car la maladie n'est pas toujours symptomatique et met parfois longtemps à être diagnostiquée.

Cependant, on estime approximativement qu'environ 10 % des femmes vivent avec une endométriose.

On parle de 3 types d'endométriose :

Voici les définitions issues des Recommandations pour la pratique clinique de l'endométriose publiées par la Haute autorité de santé et le Collège national des gynécologues et obstétriciens de France (CNGOF) en 2018 :

1. **L'endométriose superficielle** (ou péritonéale) qui désigne la présence d'implants d'endomètre ectopiques localisés à la surface du péritoine,
2. **L'endométriose ovarienne** : l'endométriome ovarien est un kyste de l'ovaire caractérisé par son contenu liquidien couleur chocolat,
3. **L'endométriose pelvienne profonde** (ou sous-péritonéale) correspond aux lésions qui s'infiltrent en profondeur à plus de 5 mm sous la surface du péritoine. L'endométriose profonde peut toucher typiquement les ligaments utérosacrés (50 % des cas), le cul-de-sac vaginal postérieur (15 %), l'intestin (20-25 %), représenté majoritairement par la face antérieure du rectum et la jonction recto-sigmoïdienne, la vessie (10 %), les uretères (3 %) et au-delà de la cavité pelvienne, le sigmoïde, le côlon droit, l'appendice et l'iléon terminal pour les localisations les plus fréquentes.

Les symptômes et douleurs liés à l'endométriose :

Ils peuvent être multiples et liés à la localisation de la maladie, chroniques ou périodiques, ou totalement absents dans les formes asymptomatiques, et leur intensité n'est pas révélatrice de la gravité des lésions.

- **Les douleurs de règles, ou les règles abondantes**

- Douleurs pelviennes fréquentes (dysménorrhée primaire ou secondaire pendant les règles, mais également douleurs en dehors des règles, autour de la période de l'ovulation particulièrement) ;
- Douleurs aux lombaires pendant les menstruations ou tout le reste du cycle
- Les règles abondantes (ménorragie). C'est un facteur qui peut être pris en compte pour diagnostiquer la maladie. Le cycle normal d'une femme amène des règles décroissantes. Si au cours du 3e ou 4e jour du cycle, le flux s'intensifie, c'est qu'il peut y avoir une endométriose.

- **Les troubles digestifs (endométriose digestive)**

Douleurs et troubles digestifs pendant les menstruations ou tout le reste du cycle : ballonnements, diarrhée, constipation...

- **La dyspareunie (douleurs sexuelles)**

Douleurs sexuelles pendant et/ou après les rapports sexuels, dans le vagin au moment de la pénétration ou dans le bas ventre après l'orgasme par exemple, appelées dyspareunie.

- Les troubles urinaires (cystite interstitielle)

Douleurs, dérèglements urinaires : vessie hyperactive, qui a du mal à se vider, qui provoque des douleurs.

- Les douleurs neuropathiques

Douleurs neuropathiques (ou douleurs neurogènes) qui traduit l'atteinte du système nerveux, donc via le cerveau, la moelle épinière ou les nerfs : comparées à des brûlures, décharges électriques, elles se font sentir le long du trajet du nerf vers le dos, l'épaule (généralement pour les lésions thoraciques, pulmonaires), la région urinaire / anale (névralgie pudendale) ou les jambes (via le nerf sciatique à l'arrière ou crural à l'avant de la jambe).

- La fatigue chronique

Fatigue anormalement fréquente : symptôme de l'endométriose commun à beaucoup de femmes. On peut parler d'un trouble invisible et handicapant pour la plupart des femmes qui en souffrent.

- L'infertilité

Elle touche environ 40 % des femmes atteintes d'endométriose. Ce trouble est souvent découvert lors d'un bilan de fertilité ou d'une visite gynécologique, et peut permettre de diagnostiquer l'endométriose, qui peut être méconnue de la patiente (endométriose asymptomatique, sans douleurs apparentes).



Lorsque les femmes commencent à souffrir de leur endométriose, elles ressentent en moyenne **4,6** symptômes différents.

Règles très douloureuses : près de **8** femmes sur **10** atteintes



Autres symptômes :

- Douleurs multiples du nombril au bas ventre : **66 %**
- Fatigue chronique : **54 %**
- Troubles digestifs : **52 %**
- Douleurs pendant les rapports sexuels : **50 %**
- Douleurs lombaires ou des membres inférieurs : **48 %**
- Saignements anormaux : **45 %**
- Problèmes pour avoir un enfant : **34 %**
- Troubles urinaires : **25 %**
- Autres symptômes non précisés : **7 %**

Les symptômes de l'endométriose apparaissent en moyenne :

→ à **24 ans**

→ à **20 ans** ou moins pour environ la moitié des femmes interrogées présentant des symptômes (49 %).

LORSQUE L'ENDOMÉTRIOSE EST DIGESTIVE :

- les troubles digestifs sont présents chez **80 %** des femmes ;
- les premiers symptômes sont plus nombreux (**5,5** symptômes en moyenne au lieu de **4,6**) ;
- les douleurs sont plus intenses.

L'intensité des douleurs d'endométriose ne dépend pas de la nature des lésions

Comment expliquer ce phénomène paradoxal ?

Une petite endométriose peut causer d'intenses douleurs, tout comme une endométriose profonde très développée peut être asymptomatique.

Si l'origine des douleurs commencent effectivement par des lésions d'endométriose qui irritent la zone où elles se situent (quelle que soit leur localisation : ovaires, utérus, ligaments utérosacrés, vessie, intestin...), plus que le processus inflammatoire causé par ces lésions d'endométriose, ce sont les nerfs irrités passant à côté des lésions qui vont envoyer des messages douloureux au cerveau.

C'est donc plutôt la localisation des lésions, à quelques millimètres près qui vont plutôt jouer sur l'intensité des douleurs. C'est en ce sens que des lésions superficielles d'endométriose, à peine visibles, parfois invisibles à l'IRM peuvent pourtant provoquer plus de douleurs que des lésions importantes. Si les lésions superficielles sont situées dans une zone fortement innervée, ou avec seulement un nerf qui va relier à beaucoup d'autres organes, elle causera plus de douleurs que des lésions importantes situées à des endroits moins innervés. Avec le temps, les nerfs irrités par l'endométriose provoquent l'immobilisation progressive des tissus innervés, ainsi que les organes alentours. C'est pour cela qu'on parle de l'importance de redonner de la mobilité aux tissus, via des thérapies comme la kinésithérapie/l'ostéopathie, le yoga, entre autres mais nous développerons cela plus bas.

L'endométriose et la qualité de vie : impacts du délai de diagnostic.

Cette pathologie chronique qui vient toucher l'intimité de la femme, peut dans beaucoup de cas altérer la qualité de vie chez la femme à plusieurs niveaux. Elle vient tout d'abord modifier profondément le rapport que la femme entretient avec son corps qui devient source de douleurs, parfois insupportables.

La méconnaissance et non reconnaissance de la maladie impact fortement l'aspect psychologique de la femme. En effet le délai entre le début des troubles et le diagnostic est très long. On parle en moyenne de 6 à 10 ans, en partie lié à la variabilité des symptômes.

« Reconsidérer les modalités du diagnostic est un véritable défi pour les années à venir, il est urgent d'écouter les patientes, de leurs poser les bonnes questions, de ne pas banaliser leurs problèmes et de tout simplement savoir mettre des mots sur les maux car nommer une pathologie c'est la première étape de sa prise en charge » Professeur Charles Chapron

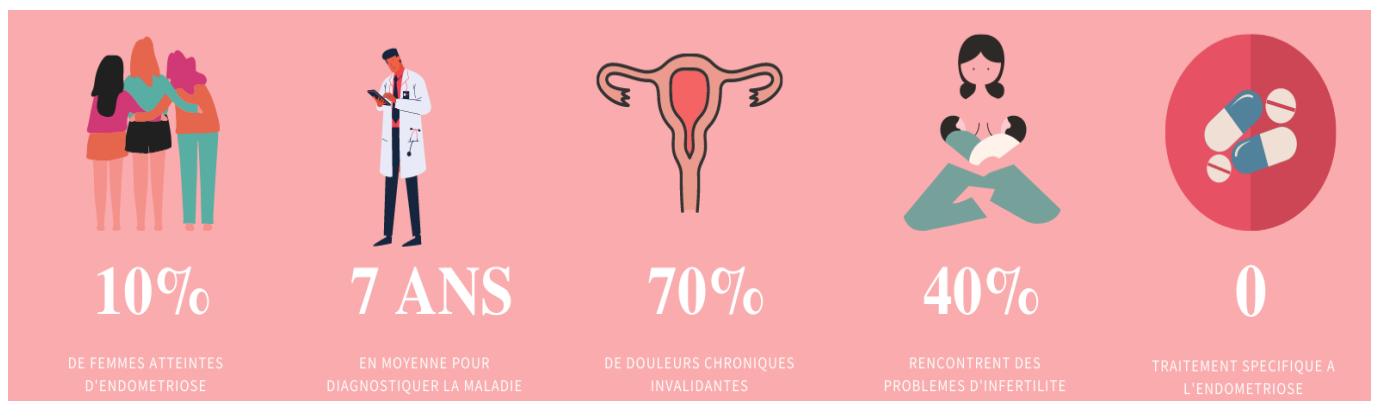
Les traitements médicaux peuvent aussi altérer la qualité de vie car ils induisent potentiellement des effets secondaires importants. En effet si ces traitements atténuent la douleur, ils diminuent également la libido, tout comme le terme ménopause induite qui n'est pas forcément évident à accueillir pour une femme. La chirurgie quant à elle, peut modifier temporairement ou définitivement les fonctions urinaires, digestives et sexuelles.

Une autre difficulté rencontrée concerne la sexualité, la fréquence de la dyspareunie (douleurs provoquées par les relations sexuelles) affecte nettement les relations de couple.

L'endométriose a également une incidence non négligeable sur la vie sociale et professionnelle des femmes. On constate souvent une restriction des relations sociales, et dans la sphère professionnelle, l'aménagement du travail ou l'absentéisme des patientes alimentent leur crainte de perdre leur emploi.

Pour finir, l'incapacité à se projeter dans le futur, due à l'incertitude concernant la fertilité donc à imaginer le projet parental et la réalisation du désir d'enfant.

Ainsi la douleur physique et morale des femmes nécessite une prise en charge globale, incluant la possibilité de s'exprimer sur leur ressenti afin d'être accompagnée pleinement face à la maladie, car vivre avec une endométriose demande de déployer des qualités d'adaptation, de force et de créativité !



L'origine et les causes de l'endométriose :

Plusieurs théories et mythes existent quant à l'origine et aux causes de l'endométriose. Jusqu'à aujourd'hui, les études sociologiques ont parlé de prédispositions raciales, sociales ; celles psychologiques d'héritage familial transgénérationnel ; et celles scientifiques de métaplasie, de migration à distance, de reflux menstruel, ou encore de facteur immunitaire, génétique, épigénétique (pollution, perturbateurs endocriniens, stress oxydatif et psychosocial).

- **La théorie de la migration à distance de l'endométriose**

L'endométriose pourrait venir de la "migration à distance" (aussi appelée théorie de la métastase, ou de la transplantation ou de l'induction). C'est-à-dire que les lésions de l'endométriose pourraient être causées par la dispersion des cellules similaires à celles de l'endomètre par voie lymphatique ou sanguine. Cette théorie pourrait expliquer certaines localisations des lésions qui posent question comme celles dans les zones pulmonaires et cérébrales.

- **La théorie de la prolifération de cellules embryonnaires, ou Métaplasie de l'endométriose**

Une autre théorie parle de prolifération de cellules embryonnaires résiduelles des voies génitales de l'embryon. Evoquée pour la première fois en 1890 par le Dr F. Von Recklinghaus, elle est reprise en 1988 par le Dr David Redwine qui affirme qu'on devrait plutôt parler de Mulleriose (restes embryonnaires résultant d'anomalies des canaux de Muller lors de leur développement) plutôt que d'Endométriose.

Il défend la théorie de la Métaplasie (Transformation d'un tissu différencié en un autre, anormal par sa localisation) selon laquelle les tissus embryologiques se sont développés via la transformation métaplasique en tissu endométrial. Cette théorie pourrait expliquer certaines endométrioses chez des femmes sans endomètre et de très rares cas d'endométriose masculine (sous stimulation oestrogénique).

- **La théorie du reflux menstruel, ou menstruations rétrogrades de l'endométriose**

La théorie de "l'implantation" ou "du reflux menstruel" est la plus largement acceptée en France. Elle a été revendiquée par le Dr John Sampson en 1926. Cette dernière suppose que pendant les règles un saignement remontant par les trompes laisserait de la muqueuse utérine dans la cavité abdomino-pelvienne qui se fixerait soit sur la membrane qui recouvre les organes abdominaux (le péritoine) soit sur les organes du pelvis. La limite de cette théorie réside cependant dans le fait que ce reflux menstruel existe chez toutes les femmes, et que seulement environ 10% sont touchées par l'endométriose. Le problème viendrait de la réponse immunitaire chez ces dernières, qui n'arrivent pas à nettoyer cette muqueuse utérine suite aux menstruations.

- L'aspect génétique

L'endométriose a toutefois, une forte composante familiale ; l'étude des familles de femmes souffrant d'endométriose a montré que les mères des patientes atteintes avaient un risque huit fois supérieur de développer la même maladie, tandis qu'il était de six fois supérieur pour les sœurs.

Et si nos troubles « commémoraient » les faits marquants de la vie de nos ancêtres ?

Une technique appelée la psycho-généalogie, étudie les répétitions sur plusieurs générations et l'impact que peut avoir les événements vécus chez nos aïeux sur nos propres problèmes. Un fait heureux ou malheureux du passé, caché par ignorance ou sous le poids d'un secret de famille peut avoir des conséquences sur les générations qui suivent, ce phénomène de répétition peut s'expliquer par une transmission orale directe, des comportements visibles ou sens entendues dont le sens peut être deviné intuitivement.

Pour en revenir à la femme atteinte d'endométriose, j'é mets l'idée que cette « nouvelle » pathologie touchant l'utérus, lieu de nidation, de perpétuation de l'espèce est pu trouver sa source dans les lignées de femmes qui depuis des siècles subissent des violences physiques et/ou psychologiques, telles que le viol, les incestes, le poids de la société patriarcale, des années d'oppression durant l'époque de la chasse aux sorcières, tout ceci s'inscrit dans nos gènes féminins de générations en générations pour dévoiler une pathologie qui touchent notre centre de reproduction, la vie même ! Il y a là des messages à comprendre, des poids et secrets à lever pour retrouver le chemin vers une place de la femme assumée et lavée de son passé, de sa lignée afin d'y affirmer son pouvoir.

« en do maitre y ose » oser maitriser et affirmer sa note fondamentale

Un travail complémentaire sur l'arbre de la femme atteinte pourrait nous donner source d'information pour expliquer symboliquement cette maladie qui touche notre féminité en son centre et à notre capacité d'enfanté, essence même de la femme dans ce monde.

Si la part génétique de l'endométriose n'est pas négligeable, elle n'est pas de 100%, ce qui suggère une hérédité multifactorielle avec plusieurs variants génétiques, associée à d'autres causes environnementales comme les perturbateurs endocriniens, la pollution, l'alimentation ... Par exemple, des études génétiques sur les lésions déjà formées ou sur l'endomètre d'utérus de femmes atteintes ont permis de mieux comprendre le mécanisme de formation des lésions et l'altération de la fertilité. La dérégulation des gènes responsables de la synthèse et de l'activité des hormones stéroïdes sexuelles ainsi que des gènes de l'inflammation semblent être particulièrement impliqués dans la physiopathologie des lésions. D'autres anomalies « épigénétiques » de l'endomètre pourraient perturber l'implantation embryonnaire et expliquer en partie l'infertilité liée à l'endométriose.

- **L'aspect épigénétique**

« Des polluants organiques persistants, même ceux utilisés par le passé, peuvent continuer à affecter la génération actuelle de femmes en âge de procréer, engendrant chez elles des maladies d'origine hormonale » Kristen Upton, chercheuse, 2013.

La fréquence de l'endométriose explose depuis 30 ans en prenant un aspect épidémique. Indépendamment de l'amélioration des techniques d'imagerie et la connaissance de la pathologie par les femmes et médecins dans le but de réduire le délai de diagnostic, il faut s'interroger sur l'existence au cours des dernières décennies d'évènements environnementaux pouvant majorer l'endométriose.

Facteur TRAVAIL = Un des premiers facteurs à regarder est la présence des femmes dans le monde du travail, il est admis que les femmes endométriosiques ont un terrain psychologique associé à un syndrome dépressif plus fréquent, avec une anxiété et une introversion plus souvent rencontrée. Ce qui est constant et majoré dans le monde du travail depuis 30 ans, c'est la place que les femmes ont prises dans l'espace professionnel avec des responsabilités au moins équivalentes à celles des hommes. Cependant, leur place n'est pas reconnue, leurs salaires sont moindres, l'accès aux responsabilités est limité et le harcèlement du monde du travail est une réalité objective. De plus les responsabilités données ont repoussé l'âge de la première maternité. Ainsi on peut se demander si ce trait de dépression ou d'anxiété n'est pas la conséquence de l'oppression du monde du travail sur les femmes, pouvant générer l'apparition de l'endométriose. Aux Etats Unis, Stacey Missmer a trouvé moins de cas d'endométriose chez les femmes hispaniques et noires américaines, celles-ci étant moins bien intégrées dans le monde professionnel, ce qui pourrait aller dans le sens d'un monde du travail inadapté à la répartition des tâches qui amène les femmes à une double journée de travail.

Facteur ALCOOL = Les facteurs classiques d'endométriose sont en lien avec de fortes expositions aux œstrogènes, ce qui implique que tout facteur responsable d'hyperœstrogénie peut favoriser le développement de la maladie. Une surconsommation d'alcool favorise l'hyperœstrogénie et donc l'endométriose. L'on observe dans plusieurs études une surconsommation alcoolique en cas de syndrome dépressif détecté chez la femme atteinte d'endométriose. A contrario l'augmentation du tabagisme actif chez les femmes représente, par son caractère hypoœstrogénique, un facteur protecteur paradoxal.

Facteur STRESS OXYDATIF = Le stress oxydatif est un phénomène lié au fait que notre organisme produit en permanence des substances toxiques pour nos cellules : les radicaux libres. Normalement, un système de détoxification permet de s'en débarrasser. Mais il arrive que ce système ne soit pas suffisant. Les radicaux libres vont alors s'accumuler et causer des dégâts : c'est le stress oxydatif. A l'hôpital Cochin, une équipe de l'Inserm dirigée par Frédéric Batteux, en collaboration avec Charles Chapron, vient en effet de montrer que les formes sévères de la maladie gynécologique sont associées à un stress oxydatif important. De plus, leurs travaux suggèrent qu'en bloquant ce phénomène, on pourrait inhiber la prolifération des cellules endométriales.

Facteur ALIMENTATION = On le rappelle l'endométriose est à dépendance inflammatoire. Or dans notre société actuelle, on peut constater dans nos assiettes ou au supermarché, que les quantités de nourriture transformée, comportent énormément de gras saturer, de lactose, du gluten et du sucre. Cette base alimentaire pro-inflammatoires et pro-oxydantes, à éviter dans le cas d'une endométriose et qui pourtant pour la plupart d'entre nous fait partie de notre quotidien. Il est donc essentiel de faire baisser l'inflammation provoquée par l'endométriose en adoptant un régime anti-inflammatoire. Il est également nécessaire d'adopter un régime alimentaire particulièrement digeste si les organes digestifs sont touchés, car l'inflammation provoque des symptômes similaires à ceux du syndrome du côlon/intestin irritable. L'hydratation adaptée a aussi son rôle à jouer dans le contrôle de l'inflammation causée par l'endométriose.

Quatre facteurs purement environnementaux ont été étudiés : Les dioxines, la pollution de l'air, les pesticides et les phtalates. Très peu de recherches ont confirmé les données, tout simplement par l'absence de mesure de dioxine chez les patientes, limitant de fait l'interprétation des études. Le risque d'endométriose en lien avec la pollution de l'air est aussi très discuté, de nombreuses molécules de pesticides ont été testées et les résultats restent très divergents, sans que l'on puisse avoir une conclusion définitive entre le risque de pollution atmosphérique ou la toxicité directe des pesticides. Le bisphénol A est un perturbateur endocrinien oestrogénimimétique qui se lie aux récepteurs alpha des œstrogènes et est régulièrement signalé comme source de pollution. Ce phtalate est clairement en lien avec les conséquences de la concentration de bisphénol observée qui semble accroître d'environ 50% le risque de voir apparaître l'endométriose.

- **Autres pistes :**

- Une autre théorie proposée pour mieux décrire l'endométriose infiltrant profondément le cul-de-sac et les ligaments utérosacrés postule qu'au moment de l'organogenèse fœtale, du tissu endométrial mal situé tel que celui que l'on observe au niveau du cul de sac, se transforme éventuellement en endométriose.

- Mais également des anomalies moléculaires spécifiques constitutionnelles ou acquises par exemple ont été identifiées chez les patientes endométriosiques. Il est manifeste que l'apoptose ou mort cellulaire est dérégulée chez la patiente endométriosique. L'endomètre situé dans la cavité utérine, des patientes atteintes subit moins d'apoptose que celui des patientes saines et l'endomètre en dehors de la cavité, en subit encore moins. Un gène anti-apoptotique a ainsi été mis en évidence et celui-ci est augmenté chez la femme atteinte d'endométriose.

Les « traitements actuels » :

Il n'y a à ce jour en médecine traditionnelle, aucun traitement curatif pour soigner l'endométriose.

- **Les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) :** Des chercheurs de l'hôpital Cochin à Paris ont démontré que les gènes récepteurs de la prostaglandine (médiateurs chimiques de l'inflammation, pouvant être à l'origine des douleurs) sont environ 10 fois plus présents chez les femmes atteintes d'endométriose, que chez celles ne souffrant pas de la maladie. Les anti-inflammatoires non stéroïdiens agissent en bloquant la formation de ces prostaglandines. Ils ont des propriétés anti-inflammatoires et antalgiques (contre la douleur).

Les traitements hormonaux :

- L'hormonothérapie, ou traitement hormonal qui va empêcher les règles de survenir, en privant le corps d'œstrogènes (hormone qui nourrit l'endomètre). C'est donc ici une mise en aménorrhée via la prise classique de contraceptifs oraux (autrement dit "pilule en continu") ou la pose de stérilet hormonal (Mirena ou Jaydess).
- La cure de ménopause artificielle, qui consiste en des injections d'analogues de la GnRH, neuro-hormone qui supprime le mécanisme d'ovulation au niveau de l'hypophyse dans le cerveau.

Les traitements chirurgicaux :

- La chirurgie en dernier recours et en fonction de l'état de la patiente et de ses désirs (généralement coelioscopie, autrement dit laparoscopie, hystérectomie en tout dernier recours) Elle est une option généralement évoquée si les traitements évoqués précédemment n'ont pas été efficaces, et dans les cas suivants :
 - traitement des lésions pelviennes pour réduire voire supprimer les douleurs, ou encore agir sur l'infertilité ;
 - traitement des lésions touchant d'autres organes : appareil urinaire, digestif, et même diaphragmatique, thoracique... ;
 - suppression d'un endométriome (kyste ovarien) ;

- hystérectomie quand les autres opérations ne donnent pas de résultat satisfaisant, pour les patientes n'ayant pas/plus de souhait de grossesse ;
- L'intervention de référence est la coelioscopie (ou laparoscopie). Elle donne la possibilité, en plus d'opérer, de confirmer, ou même d'affirmer le diagnostic (quand malheureusement trop souvent, l'échographie et l'imagerie n'ont rien révélé) et surtout de localiser exactement les lésions.



Lorsque l'endométriose est profonde et/ou digestive, ou se manifeste par **plus de 7 symptômes**, le pourcentage des femmes recevant un traitement atteint environ

80 %

Sur **1 179** femmes de 18 à 50 ans,

55 % reçoivent un traitement hormonal.

Chez les femmes qui prennent un traitement, les classes thérapeutiques non hormonales les plus fréquentes sont :



- des antidouleurs **29 %**
- des anti-inflammatoires **21 %**

Les molécules antispasmodiques sont aussi consommées par **14 %** des femmes.



26 %

Pilule
estro-progestative



17 %

Progestatif



9 %

Produit induisant une
ménopause artificielle



8 %

Stérilet hormonal

2. Décryptage symbolique, biologique et psycho-généalogique

a. La femme et sa place

Dans la période que nous traversons, marquée par la crise du capitalisme, le naufrage écologique et la crise sanitaire, la place de la femme me semble plus que jamais d'actualité.

Se réapproprier notre histoire, nos savoirs, nos pouvoirs, c'est autoriser chacune d'entre nous à retrouver sa puissance en créant les dignes héritières des guérisseuses d'antan. C'est ouvrir de nouveaux horizons artistiques, écologiques, philosophiques, politiques et humains avant tout, c'est oser se revendiquer toutes différentes et puissantes tout en assumant notre histoire et notre lignée.

UN PEU D'HISTOIRE...

En Europe, entre le X et le XVIIIe siècle, ce sont près d'un demi-million de femmes qui auraient été condamnées à mort, le plus souvent au bûcher sous prétexte d'avoir signé un pacte avec le diable. Dans ces accusations de sorcellerie, la proportion des femmes était de 80%, femmes de tous âges, de toutes conditions, de diverses confessions, même si et ce n'est peut-être pas un hasard, elles étaient souvent sage-femme ou guérisseuses, proposant des remèdes basés sur une pharmacopée traditionnelle, les « simples » mais celles s'occupant également des avortements.

On peut s'interroger sur une telle répression et sur cette soudaine montée de violence antiféministe. Plusieurs raisons ont été avancées, la manifestation de la misère du temps et que sa répression fût à la mesure des calamités naturelles qui accablait les populations, la société voulait des coupables : les éléments non conformistes et marginaux constituèrent de parfaits boucs émissaires. Au premier rang, les femmes : les plus vieilles, les plus laides, les plus pauvres, les plus agressives et les plus différentes. Celles qui suscitaient la crainte. Notons que les deux tiers de leurs accusateurs furent des hommes, chacun y allant de son fantasme, inquiétude, et de ses projections. Un pouvoir masculin s'appuyant sur l'incroyable puissance de manipulation des consciences que représentait alors l'église finit donc par enchaîner condamnation sur condamnation jusqu'à aboutir à ce véritable sexocide. Ces femmes furent brûlées, parfois noyées avec leurs enfants, voire avec leurs animaux dans le silence assourdissant de l'histoire.

L'un des prétextes de cette chasse aux sorcières concerne néanmoins les connaissances de médecine empirique attribuées à ces femmes. A la fin du moyen âge, on assiste au développement des universités : il devient alors vite interdit de pratiquer la médecine si l'on n'est pas issu de l'une d'elles, pourtant ses femmes continuent de le faire. Jules Michelet l'explique dans *La Sorcière* : « l'unique médecin du peuple, pendant mille ans fut la sorcière. Les empereurs, les rois, les papes, les plus riches barons avaient quelque docteur de Salerne, des Maures, des Juifs mais la masse de tout état et que l'on peut dire de tout peuple, ne consultait que la sage ou sage-femme ».

Cette pratique alors qualifiée de païenne est accusée à ce titre de sorcellerie : les inquisiteurs et juges sont convaincus que ces connaissances n'ont pu leur être transmises que par le diable. Ces guérisseuses sont alors excommuniées, jugées, punies de mort pour exercice illégal de la médecine dirait-on maintenant ; exercice en dehors des règles qu'en avait alors décider le pouvoir.

En qualifiant les savoirs populaires de superstitieux, d'obscurantistes, voire de diaboliques, on substitue à la figure du guérisseur intégré à la communauté celle du médecin qui dispense sa science d'en haut. Le patient, privé de sa confiance dans sa propre culture et son propre ressenti est désormais entretenu dans la conscience de son impuissance. L'être humain est alors coupé de son propre corps, coupés de ses semblables, coupé de la nature. C'est la fin de l'immanence, conception selon laquelle la valeur sacrée réside dans chaque élément du monde sans y être apportée par un dieu qui lui serait extérieur.

Difficile de se confronter à l'idée que ce triomphe de la raison a surtout été celui de la raison du plus fort : patriarcal, rationnel et scientiste. Et pourtant, oui, pourquoi ne pas le reconnaître, nous sommes aussi les héritiers et héritières de ce monde qui a brûlé ces femmes. Oui, une partie de nous pense encore que ces anciennes guérisseuses étaient marginales et superstitieuses. Oui nous rejetons encore le corporel, le sensuel sans parler du sexuel et du nourricier. Pas de doute, une forme de vision mécaniste nous faisant voir davantage les éléments que les relations entre eux, capitaliste et patriarcale du monde encore en nous. La vision mécaniste du monde, si elle continue à régner sur nos consciences, n'a-t-elle pas été depuis plusieurs décennies invalidées par la science : La physique moderne ne parle plus d'atomes séparés et isolés d'une matière morte mais de vagues de flux d'énergies, de probabilités, de phénomènes qui changent quand on les observe, elle reconnaît ce que les chamans et les sorcières ont toujours su : que l'énergie et la matière ne sont pas des forces séparées mais des formes différentes de la même chose. Ce sont ces flux d'énergie, cette force qui lie tous les éléments du monde ; le prana hindou, le qi asiatique, le mana hawaïen que ses femmes ont appris à célébrer et manier inventant de nouvelles formes de rituels : se regrouper, danser, chanter, se connecter de manière simple et concrète. Le projet ici étant de renoncer à cette approche intellectuelle pour rentrer directement dans la pratique et l'expérimentation.

UNE VIOLENCE QUI SE POURSUIT AUJOURD'HUI

Cette question ne peut manquer de nous interpeller de nos jours. L'égalité, si elle progresse est loin d'être réalisée et la question de la violence faite aux femmes est sans cesse d'actualité. Certes, on ne les brûle plus sur des bûchers. Mais elle la subisse encore de plein fouet : En 2016, En France, selon l'INSEE, 120 femmes ont été tuées par leur compagnon, 220 000 ont été battues (seulement 14% ont osé porter plainte), 230 sont violées chaque jour, 1 femme sur 5 déclare avoir subi un harcèlement sexuel au travail, sans compter toutes celles qui sont harcelées dans l'espace public. Nous sommes les seuls parmi les espèces où les mâles tuent les femelles. Ce n'est donc pas une question de bestialité, de nature, mais bien une question de pensée, de construction mentale. A l'époque, l'emballage de cette violence a été de créer des peurs irrationnelles, religieuses comme autant de prétextes. Plus les femmes concernées, dérangeaient, avaient de pouvoir, plus elles vivaient librement, loin des diktats de la bien-pensance, plus elles en ont fait les frais.

Les femmes sont devenues une ressource nécessaire pour la reproduction qu'il fallait se partager. Les hommes doivent se les approprier socialement sur la longue durée pour engendrer des fils. Dans cette appropriation en corps et en esprit naît la hiérarchie, laquelle s'accompagne alors forcément de dénigrement, de privation de liberté et de restriction à cette fonction reproductive. Notre grille de lecture aujourd'hui respecte, immuable, cette hiérarchie que l'on appelle le modèle dominant archaïque.

La politiste Sophie Heine souligne sans ambiguïté qu'une société juste est celle qui garantit la liberté à l'ensemble des individus qui la composent. Cette liberté est évidemment conditionnée à la satisfaction de besoins matériels essentiels, mais il y a plus selon elle : elle nécessite un état de non-domination. Ce qui implique que la personne ne peut être contrainte par les décisions d'un autre que ce soit physiquement, psychologiquement et moralement. Ce qui est loin d'être le cas puisque depuis toujours les hommes se sont pris le droit et le pouvoir de réguler la vie des femmes, de conditionner, de restreindre voire de nier cette liberté. Une telle manière d'agir constitue un véritable acte de violence, réelle ou symbolique, voire parfois physique, générant une inégalité constante et permanente entre les sexes. Par exemple les débats sur les habits que portent certaines femmes, la tolérance pour les propos sexistes, la perpétuation des stéréotypes sur la nature féminine ou encore la mise sous tutelle de la sexualité féminine poursuivent un même objectif : restreindre la liberté des femmes, interférer de manière autoritaire dans leur choix de vie et perpétuer cette domination masculine. Et même lorsque les lois garantissent une liberté de fait, les inconscients collectifs ne s'affranchissent pas si aisément de la logique patriarcale qui a régi nos sociétés des siècles durant.



Comment ne pas s'y résigner ? En prenant chacune notre part de responsabilité. Si le collectif nous influence, nous pouvons aussi agir sur lui, le transformer. Toute l'histoire des femmes est jalonnée des histoires sur celles, seules avec elles-mêmes, qui ont osé bousculer l'ordre établi : première femme médecin, première femme aviatrice, astronaute... Elles n'ont pas attendu qu'on leur donne l'autorisation. Elles ont essayé, pour parfois échouer, pour d'autres fois finalement y arriver.

La liberté, qu'est-ce que c'est sinon d'agir selon son cœur, selon ce que l'on croit juste, selon notre désir, sans se laisser imposer notre comportement par l'extérieur en n'ayant plus peur. C'est être ce que l'on est et faire ce que l'on a à faire sans se laisser intimider et influencer pour être dans le choix de ce qu'on est vraiment.

C'est la peur qui nous a longtemps maintenu sous tutelle, celle de ne pas oser demander, de déborder, de ne pas assumer ses désirs ni sa volonté. Il est plus que temps d'oublier ses injonctions afin d'écouter ce qui nous fait vraiment vibrer. De quoi ai-je envie, de quoi ai-je besoin ? Si on ne le fait pas, personne ne le fera pour nous, il s'agit d'être au monde d'une manière qui fait sens pour soi en assumant les conséquences de ses actes avec sérénité, la liberté, paradoxalement c'est d'accepter de ne pas savoir ce qui va se passer, c'est reprendre le chemin de l'école en se laissant initier par la vie, c'est davantage se fier à sa boussole intérieure plutôt qu'aux avis des autres car eux réagissent avec leurs peurs, leur histoire, leurs conditionnements, leurs croyances, leurs projections tout simplement.

Il faut du courage pour être libre et nul doute que les femmes n'en manquent pas. Le courage d'être soi, à sa juste place, de ne pas se couler dans le moule, d'assumer sa différence, d'oser avancer sur un chemin si peu fréquenté soit-il, le sien. La liberté est un apprentissage, mieux vaut donc l'expérimenter progressivement, normalement les parents sont là pour ça : être suffisamment soutenant pour aider l'enfant dans son élan, sa quête. Et être à juste distance pour qu'il choisisse leur propre voie d'expression sans crainte des réprobations et des jugements.

Malgré tout le travail et la réflexion que nous pouvons avoir sur notre féminité, nous sommes également les dépositaires de l'histoire et des blessures faites aux femmes de notre lignée. Il faudra donc s'interroger, se pencher sur les destinées des femmes de notre famille pour nous en libérer et ainsi comprendre nos maux féminins, pouvoir mettre des mots sur notre histoire, la comprendre, l'accepter c'est déjà un pas vers une féminité unifiée et harmonieuse.

Car entre le discours public d'une soi-disant libération et la réalité de la difficulté à être une femme, dans l'acceptation de toutes ces dimensions, dans sa présence au monde qui se cherche, dans son corps forcément imparfait c'est-à-dire non conforme à des canons irréels propagés à tous les niveaux sociaux avec ses menstruations, avec ses humeurs avec tout ce que la société fait peser sur elle, à la fois comme exigences mais aussi comme maltraitance. Il ne s'agit pas de féminisme de combat, de confrontation, de compétition mais bien d'un féminisme par nature : femmes, elles occupent leur place de femme, sans vouloir préempter celle des hommes. Mais le fait d'affirmer simplement leur spécificité est peut-être ce qui les rend révolutionnaires à leur manière. Il n'est plus le temps de la revanche, ni de la colère, peut-être est-ce celui de déposer les armes, de pacifier le passé, tout en refusant totalement compromis et ambiguïté. Sortir du statut de victime, devenir actrice du changement, agir un peu, beaucoup, passionnément, au risque de ne pas plaire à tout le monde mais le plus important est de le faire dans l'amour et l'acceptation de soi.



b. Le Neuro-Training, outils de compréhension

Que nous dit le corps ? Les pistes de décodage biologiques, les messages inconscients, les schémas hérités, le conditionnement, le projet sens, la place dans la fratrie, les mémoires d'IVG, les hormones, la chimie de notre cerveau.

Appareil reproducteur = Il est lié à la non-reconnaissance, la perte d'identité, la confusion et la peur de sa propre destinée quand il y a des troubles.

A travers ce système élaboré, la descendance humaine se perpétue par la rencontre entre un homme de nature yang et pénétrante, et une femme de nature yin et réceptrice, cela nous montre ainsi que l'évolution ne peut se faire sans la rencontre des opposés, cela peut nous révéler combien il est nécessaire de réaliser la même chose en nous pour pouvoir évoluer. Il nous faut aller à la rencontre de l'autre partie de nous-même, de notre partie yin pour les hommes et de notre partie yang pour les femmes et y trouver un équilibre harmonieux. Il nous est alors possible de grandir, d'évoluer, et d'arriver progressivement à la paix des inverses, l'unité en nous, créant, enfantant ainsi un autre nous-même.

Le système reproducteur est celui qui nous permet de procréer, de donner la vie physiquement. A travers lui et par extensions, il s'agit aussi de notre capacité générale à créer, à enfanter dans le monde matériel. Il est le système de la sexualité, notre capacité à créer dans la jouissance. Il représente notre action sur l'autre, notre pouvoir sur lui car celui-ci s'abandonne à nous, comme nous à lui. Ce pouvoir doit donc être réciproque et respectueux et il est encore plus grand quand il est fait dans l'amour.

Les maux du système reproducteur nous parlent de notre difficulté à vivre ou à accepter cette paix des inverses à l'intérieur de nous, cela signifie toujours une tension par rapport à l'autre, qu'il soit notre conjoint, notre enfant, ou leurs représentations en nous ou à l'extérieur de nous, c'est le cas des problématiques liés à l'utérus qui représente le couple, le foyer, le nid et qui signifient souvent les tensions ou des souffrances par rapport au conjoint ou par rapport à la place de chacun dans le foyer.

Ils expriment aussi notre peur, notre crainte à enfanter que ce soit réellement ou symboliquement par manque de confiance, par culpabilité ou angoisses. Nous ne nous permettons pas d'éprouver du plaisir, de la satisfaction voire de la jouissance dans l'exercice de notre pouvoir personnel sur les choses ou sur les autres.

Endométriose = Est lié au fait que pour la femme le foyer est ailleurs que dans l'utérus, ne sachant pas ce que l'on attend d'elle, sa féminité passant par son organe principal ne s'identifie pas à l'utérus, le foyer de la nidation.

La femme ne sait pas ce qu'on attend d'elle en tant que femme. Il faut faire le lien avec le projet sens qu'on avait pour cette femme (on voulait un garçon pour elle).

L'axe Maître Cœur + Reins ne fonctionnent pas = cela démontre un conflit sexué : la mère voulait un garçon = « peur d'être femme, peur de sa propre lumière », on notera également que le deuxième chakra ne fonctionne pas (voir plus bas). On trouvera une toxicité du rein, c'est cette toxicité qu'on attends d'elle, ça la rend toxique, elle se rend malade de ça, cette personne devra travailler sur le fait de correspondre aux attentes des autres.

Dans l'endométriose, il y a une attaque de la paroi utérine = « je m'attaque en tant que femme au fond de moi, je me rejette car j'ai peur qu'on me rejette car je ne corresponds pas à ce que l'on attend de moi »

---->Le meilleur juge et filtre est soi-même, si on fait du mieux qu'on peut c'est le principal, on se valide comme on est = je donne tout ce que j'ai/je peux, le reste appartient à l'autre.

C'est une pathologie vénusienne qui porte la naissance et l'affirmation de ses propres valeurs dans la sexualité en remplacement du désir de plaire ou du simple conformisme. On peut lire ce terme « en dôme E tri ose » et rappelle que, pour affirmer sa note fondamentale, il s'agit d'oser faire le tri personnellement dans sa maison. Cette lecture symbolique se confirme par la biologie puisque l'utérus est le lieu de la nidation, l'endométriose est donc une maladie qui demande à la personne de reconnaître, d'accompagner puis de laisser grandir des valeurs essentielles pour elles, au prix d'un changement d'organisation au sein de son foyer ou de son mode de vie.

Nous pouvons rajouter une interprétation, en latin le mot HYSTERA signifie utérus, la femme devient hystérique lorsqu'elle perd son pouvoir au sein de son foyer.

CHAKRAS = 2ème chakra, chakra sacré ou Svadhithana

Centres de conjonction de courants d'énergie, de forces. Véritables points de rencontre du Physique et du Psychisme permettant à l'énergie vitale de circuler. Situés le long de la colonne vertébrale, les chakras se présentent sous la forme d'un entonnoir avec une partie postérieure qui reçoit l'énergie et une partie antérieure qui l'émet. L'endométriose révélera toujours chez la femme un dysfonctionnement sur le deuxième chakra, le chakra sacré (situé à 4 doigts au-dessous du nombril) relié à l'énergie de la Terre, qui démontre un stress de correspondre aux attentes des autres, une relation non appropriée avec sa sexualité, on voulait un enfant du sexe opposé. Ce chakra est associé avec les parties de la conscience ayant à voir avec la nourriture et la sexualité, c'est à propos de la communication du corps vers l'être intérieur, à propos de ce dont le corps a besoin, ce qu'il trouve agréable et le rempli de plaisir.

C'est le chakra sexuel dans le sens où il y est question de relation, de plaisir et de partage : c'est également le chakra de la santé (relation avec l'environnement pour trouver sa nourriture).

Les chakras vont nous donner une indication sur le degré d'intégration de la personnalité. Cette personnalité, on la crée en fonction de la perception qu'on a de nous-même. Si on ne peut pas l'intégrer correctement, le problème va se montrer au niveau des chakras qui vont refléter que nous sommes incapables d'être nous avec l'extérieur.

Les chakras jouent un rôle de stockage d'énergie. Ils stockent les schémas énergétiques et peuvent être utilisés pour réactiver notre personnalité. Plus on sera aligné à la fréquence de l'univers, plus on sera le centre de notre univers, et plus on ressentira notre puissance interne, notre harmonie yin et yang.

Moins on sera aligné, plus on sera déséquilibré au niveau du TAO donc en déséquilibre avec l'extérieur : l'énergie des chakras va être utilisée pour réaligner ses fréquences, on va remarquer un problème quand on devient plus perméable à l'extérieur, on subit l'influence, la ligne des chakras n'est plus harmonieuse et les personnes vont s'en servir pour nous contrôler à travers nos déséquilibres.

PROJET SENS = notre programme prioritaire et son influence sur notre vie

Il résulte selon Françoise Dolto de trois désirs, celui de l'enfant de s'incarner dans cette vie-là, du désir du père et du désir de la mère, cela se déroule 9 mois avant la conception de l'enfant, l'âme capte l'inconscient parental. L'enfant va hériter des activités psychiques des parents y compris leurs conflits inconscients, c'est pour ça qu'il va répéter dans son expressivité corporelle l'histoire familiale. C'est sa première mission, sauver les parents en utilisant le dire du corps pour exprimer cette histoire ancestrale familiale.

Le projet sens est constitué de toutes les informations que notre biologie a accumulées de l'expérience parentale. C'est à partir de leurs vécus, avec leurs problématiques ou événements marquants que cela va tisser l'étoffe des informations qui nous pousseront à ressentir des émotions, venant des ou d'un des parents. Il va aussi construire une structure énergétique, émotionnelle, mentale et sensitive à travers laquelle notre cerveau va formater nos comportements et commander les situations de notre vie.

MEMOIRE IVG = Le non-désir d'enfant influencera le nouvel enfant, il ressentira de la culpabilité, son rôle sera de sauver la mère.

Les mémoires d'IVG dans la place dans la fratrie comptent pour un enfant, donc l'ainé est finalement second. Ces personnes-là en général essaient toujours d'être premier en tout. Les mémoires d'IVG se reportent sur la descendance si elles ne sont pas dites et que l'enfant croit qu'il est l'ainé, ses propres enfants ne feront et/ou ne pourront pas avoir d'enfant pour se protéger de la mort des aînés = relation qui ne fonctionnent pas, endométriose etc...

En effet le deuxième enfant dans l'ordre de la fratrie structure la famille et si c'est une femme qui vient en premier elle développera l'endométriose car l'espèce est dominante à l'individu, elle veut un nom, un héritage c'est-à-dire un garçon en premier c'est la volonté tribale. « Je ne sais pas ce que l'on attend de moi en tant que femme » dans son projet sens on voulait un garçon pour elle, cela va être une femme dans le contrôle au lieu d'une femme dans le pouvoir.

FILLE UNIQUE = Beaucoup de pression.

Trop de poids car ce n'est pas un garçon. Il n'y a personne derrière elle, elle devra être garçon et fille en même temps. La femme c'est le pouvoir et l'homme le contrôle, donc elle sera dans le contrôle à la recherche du pouvoir. Elle est idéalisée et par ce poids elle doit jouer les deux rôles. Elle va courir vers un idéal qu'elle n'atteindra pas (yin-yang), elle va donc chercher l'idéal chez l'autre mais l'autre ne correspondra jamais à son idéal, elle se calera donc sur les attentes de l'autre pour être aimé et reconnue.

ETOILE A 5 BRANCHES = Les hormones sont notre façon chimique d'exprimer nos émotions.

La façon dont le corps traduit son vécu émotionnel, c'est à travers nos hormones. Les hormones c'est notre façon chimique d'exprimer nos émotions, elles sont liées aux problèmes de dépression et solitude émotionnel, aux problèmes de reproduction, de cycle hormonal, d'identité c'est à dire notre rôle sexué d'hommes ou de femmes mais également de conflit relationnel. Tout cela ressemble bien aux problèmes liés à l'endométriose.

Ces personnes ne sont plus en contrôle de leurs ressources, de leurs valeurs. La société fait pression sur nous et les personnes vont commencer à craindre d'exprimer qui ils sont et vont commencer à se défendre contre la société et eux même d'où le processus de l'étoile à 5 branches, processus à la fois génétique et comportementale. Nous allons utiliser les émotions en tant que système de défense au lieu d'exprimer nos valeurs, nos émotions deviennent alors des composantes d'un mécanisme de défense et la première chose que va faire le subconscient s'est se référé à l'étoile.

Alors qu'est-ce que l'étoile à 5 branches ? C'est notre référence primaire qui va conditionner notre relationnel, elle va montrer que notre père et notre mère vont libérer leur structure génétique pour nous concevoir avec leurs croyances, vécu personnel, perception d'eux même, mémoires familiales et tout ça en rapport avec une émotion. Quand l'ovule et le sperme se rencontrent, le fœtus devient le mélange de tout ceci. Pendant notre organogenèse, notre père va influencer ce processus et cela va devenir notre référence primaire pour notre soi masculin, ce processus va activer les schémas génétiques du côté du père et vice versa pour la mère avec le soi féminin.

Ses 5 émotions/références (Sperme, Ovule, Fœtus, Soi féminin, Soi masculin), vont faire réagir notre génétique, elles seront toujours là, elles vont conditionner notre vie, on peut juste changer notre relation à elles. Quand on travaille sur l'étoile, on casse le relationnel entre ses 5 références, on ne sera plus dans le schéma obligatoire de notre structure de base, on peut ainsi changer la constitution chimique hormonale de la personne.

VRC, Voies de récompense cérébrale = Située dans la sphère émotionnelle, ce sont les neurotransmetteurs qui simulent la chimie du cerveau.

Les VRC ont été découvertes dans le cadre de la recherche sur les effets de la drogue sur le cerveau, on s'est aperçu que certaines drogues stimulaient la sécrétion dans le cerveau de médiateurs synaptiques appelés catécholamines et que le cerveau arrêtaient d'en produire sans trop savoir pourquoi.

Les recherches via le test musculaire ont montré que la cause est ce que nous appelons la charge émotionnelle négative (CEN), qui empêche la production de catécholamines dans le système limbique.

En ce qui concerne l'utilisation des voies de récompenses cérébrales, notre cerveau semblerait dépendre en grande partie de ses substances chimiques pour un grand nombre de fonction, ceci affecte la composition chimique du sang et la transmission chimique entre de nombreuses fonction du corps, par exemple l'axe thyroïde/surrénales, l'axe hypophyse/thyroïde et l'axe hypophyse/surrénales. Tous ses axes sont étroitement liés à l'activité chimique du cerveau et lorsqu'ils se modifient, cela entraînera des répercussions sur la chimie du cerveau, sur le rapport entre ses glandes et n'oublions pas que ce sont les glandes qui sécrètent nos hormones, qui dit déséquilibres glandulaires dit déséquilibres hormonaux. Et également on notera par rapport à notre explication sur le dysfonctionnement du chakra sacré que la cause numéro un de dysfonctionnement d'un chakra viendra des surrénales.

Ces voies de récompense sont liées au plaisir, à l'enthousiasme de vivre pleinement dans ses valeurs et son authenticité, si elles sont chargées de CEN cela va avoir un impact sur les problèmes hormonaux, de fertilité de libido, de dépression comme nous pouvons retrouver au sein de l'endométriose.

Lorsqu'une réaction négative est associée à nos voies de récompense cérébrales, nous provoquons l'installation d'un filtre ou d'une nouvelle réponse négative à chaque fois que nous faisons appel à elles.

Equilibrer cette fonction, en particulier au niveau génétique, permet aux médiateurs chimiques du cerveau de mieux fonctionner et le système biochimique du corps en bénéficiera.

3. Une approche holistique via le Neuro-Training (propositions de soins)

Procédures majeures pour les femmes ayant des problèmes d'organes reproducteurs :

- **Moi négatif**, La peur est orienté futur, elle va générer un excès d'énergie qui créera des symptômes.

Notre mental est une base de perception, en fonction du potentiel, notre perception va être différente, donc notre relationnel va l'être ainsi que nos comportements et actions. Si nous voulons changer nos comportements, il convient donc de changer notre perception. Cette perception selon son potentiel va nous donner le choix ou pas, si le choix change, la génétique change et par la suite les comportements, l'idéal serait qu'on se comporte de manière naturelle, ce qu'il veut dire aucune scission entre la génétique et nos comportements, entre comment j'agis et mon naturel. Quand on agit naturellement, le corps n'a pas besoin de somatiser pour excuser notre non-performance et comment on devrait réellement se comporter.

Tout dépend donc de notre perception, ce qui va s'opposer à elle se sont nos peurs. Le but dans cette procédure est de libérer l'énergie génétique et de redonner le choix à la personne, elle n'aura plus besoin de somatiser.

Si on n'exprime pas son plein potentiel, je le dis mal = maladie, on fait du mal à son soi le plus profond, celui qui sait ce qu'on doit vivre, une maladie est une attaque de la réalité, on vit celle des autres mais pas la nôtre. On retrouve ici le méridien du Rein, notre génétique, notre courage d'être soi, c'est lui qui contrôle les peurs.

Le moi négatif c'est comment nous structurons les peurs, c'est le maître des illusions, notre saboteur mental.

Il démontre un stress à la responsabilité, notre cerveau en situation de défense et de survie créer un double plus fort que nous pour affronter ses situations, si le cerveau reste dans cette énergie, on devient un véritable aimant à négativité.

- **Le Projet Sens** (programme prioritaire développé plus haut)
- **L'étoile à 5 branches** (modèle relationnel développé plus haut)
- **Méridiens réactifs** : Méthode efficace pour équilibrer les problèmes aigus se manifestant en relation avec les organes reproducteurs (Méridiens : Vaisseau Conception, Reins, Foie, Maître Cœur, Triple réchauffeur), lorsqu'un méridien est en sur-énergie, il absorbe l'énergie d'autres méridiens et ceux-ci se retrouvent en sous-énergie, nous avons donc un méridien réacteur qui volent l'énergie et les méridiens réactifs qui sont en sous énergies.
- **Identité** (une procédure très complète recommandée après le Moi négatif et la procédure des méridiens réactifs) pour les organes reproducteurs atteints, traite de la relation avec notre cœur, notre essence, notre place en tant d'individu.
- **Moi frustré** procédure alliant la réaction du moi frustré vs le moi satisfait ou plaisir, procédure sur l'émotionnel, associant les émotions primaires négatives, les comportements face à la douleur, peut être recommandé pour une femme souffrant d'endométriose, qui agit en fonction des attentes des autres et n'est pas dans le plaisir et la satisfaction personnelle, pouvant utiliser sa douleur comme un désir d'attention par exemple.
- **PHC = Peurs, Habitudes et Croyances**, quand les déséquilibres deviennent chroniques comme les douleurs liées à l'endométriose par exemple, il s'agit d'un conflit au niveau des peurs, habitudes et croyances qui sont un mélange de deux éléments = Mental, Emotionnel, Physique et Energétique. Si Les peurs, les habitudes et les croyances sont à travailler de manière prioritaire et égale, on basculera dans les comportements compulsifs infusés, c'est-à-dire que la personne ne sait plus faire autrement et est enfermé dans son schéma. C'est deux techniques ont pour ma part fait des merveilles !

Procédures déséquilibres glandulaires/déséquilibres hormonaux

- **Points réflexes des glandes deux par deux**, Procédures permettant de confronter les glandes entres elles, pour identifier les déséquilibres glandulaires, il existe une autre manière d'aborder les équilibrations glandulaires, via le baromètre hormonal, en identifiant l'hormone en jeu et en utilisant la même équilibration que pour les points réflexes.
- **Les surrénales**, Dans tous les problèmes glandulaires, se sont nos voleuses d'énergie, elles sont branchées survie par rapport au passé, cela a pour effet de dérégler les reins (les ancêtres) et de ramener à la surface les déséquilibres génétiques.

Inversion psychologique sexué

Les fonctions cérébrales, on recherche dans quel domaine cette femme vivra cette inversion : mental, émotionnel et physique. Puis en travaillant avec la position des yeux, en multiples tracés et l'émotion stressante

->En mental, c'est une femme qui aura du mal à se valoriser, elle ne s'imagine pas fonctionner comme une femme et ne prends pas conscience de qui elle est, elle sera dans le CONTROLE.

->En émotionnel, c'est une femme qui va fonctionner à la dure, il ne s'agit pas de plaisir mais de douleur, tout est menaçant, dans la BAGARRE.

->En physique, Elle ne fait pas ce qu'elle devrait faire en tant que femme.

L'accident, le cerveau en défenses

Une fois sur nos deux jambes, notre cerveau fonctionne en bilatéral, chaque hémisphère va contrôler le côté opposé du corps, quand il y a un stress inadaptable, le système de défenses envoi un ordre de survie au cerveau pour avoir plus de sang, sucre et eau pour survivre et nous revenons à un système homolatéral, comme enfant. Cet état est normal, le problème est d'y rester, le cerveau va fonctionner en défense en permanence et attirer à nous de quoi survivre.

LYMPHE, notre grande nettoyeuse

- **Lymphhe** = Symboliquement « Je me retiens d'être moi », les valeurs de la personne ne sont pas exprimées.

Le principal obstacle est l'axe Reins – Cœur, l'axe de notre vie, REINS = ce sont les peurs, CŒUR = notre âme, personne qui craint d'être qui elle est, de sa propre lumière.

L'eau doit être fluide et nette, si ce n'est pas fluide nous ne sommes pas honnêtes, la vie nous enverra des épreuves sans cesse, on doit corriger le vertical, la fluidité en nous.

La défense de l'eau est la déshydratation, c'est un signe majeur de pathologies =

Problèmes émotionnels = Culpabilité, Autopuniton

Problèmes mentaux = Sexualité

Dans l'élément de l'eau, les reins reflètent, la peur de qui on est, peur de sa lumière, d'exprimer qui on est, la vessie quant à elle reflètent qu'on n'arrive pas à avoir notre place, la culpabilité de ne pas satisfaire.

Dès qu'il y a une problématique d'eau, il y a un fossé entre la génétique et les comportements « Je ne me comporte pas comme je devrais », la personne a besoin de nouveaux comportements, la maladie vient excuser ceci.

→ Effectuer un système inné lymphatique pour entrainer le système nerveux à élever le niveau d'énergie chaque semaine

Pour accompagner

Mobilité des tissus

- **Ostéopathie** = L'ostéopathie est reconnue pour son efficacité dans la prise en charge des troubles musculosquelettiques, des douleurs lombaires ou sciatiques. Mais cette médecine manuelle est aussi indiquée en cas de troubles viscéraux et gynécologiques.

Quand les tissus arrêtent de bouger, la douleur s'installe = Les douleurs de l'endométriose sont inflammatoires pendant la période des règles mais elles persistent souvent en dehors de cet épisode de saignement car les adhérences et les lésions peuvent enserrer les nerfs, cela se manifeste par des sensations de brûlures permanentes, de contractions, de coups de poignard dans le bas-ventre irradiant souvent dans le dos ou les jambes, le long du nerf sciatique.

Quand un nerf est irrité, le tissu qu'il innerve s'arrête de bouger à l'endroit irrité. Or, tout tissu élastique (par exemple l'utérus, le tube digestif, la vessie, les tendons, les ligaments...) qui s'arrête de bouger, se rétracte et devient à son tour douloureux. Ainsi, l'immobilité du tube digestif et de l'estomac engendre régurgitations, des nausées : l'immobilité de la vessie provoque une stagnation des urines, donc des douleurs, des brûlures et des cystites : lorsque l'utérus ne bouge plus, cela augmente les douleurs des règles : lorsque le vagin perd sa micromobilité, la flore vaginale se régénère moins bien, ce qui engendre des douleurs aux rapports et des risques de mycose.

Cette immobilité de l'une des zones du corps se propage aux autres. Quand l'une s'arrête de bouger à cause de lésions endométriosiques, celles d'à côté vont peu à peu se figer à leur tour. D'où une extension des douleurs de proche en proche par immobilité tissulaire qui s'étend. Ainsi, le bassin se bloque, ce qui va provoquer des maux dans le bas du dos, puis le haut puis les cervicales. Cette réaction en chaîne explique pourquoi les douleurs augmentent au fil du temps, alors que les lésions, elles n'ont pas forcément progressé.

L'ostéopathie fonctionnelle est une approche très douce qui ne fait pas craquer. Des manipulations externes très spécifiques permettent de relancer la dynamique de mobilité dans les zones traitées : le bassin, le pelvis, la colonne vertébrale, les organes gynécologiques et digestifs, le périnée, la vessie..., la circulation sanguine est relancée et très naturellement, au cours du temps, les tissus retrouvent leur mobilité naturelle.

Etat dépressif, fatigue chronique et dépendance affective

- **L'ionisation** = Il y a manque de sérotonine, les ions positifs ne sont pas bons pour nous à grande dose, ils ont un effet sur la sérotonine, ce qui va augmenter le taux dans notre sang et nous rendre en état dépressif, irritable, développer de l'hyperthyroïdie, de l'apathie, de la fatigue, un déficit surrénalien, des inflammations qui créent de la toxicité cellulaire qui va engendrer du mucus cellulaire qui bloquera la lymphe. Comme pour les VRC, l'ionisation va affecter l'hypothalamus et va réguler la chimie de notre cerveau.
- **La fixation** = la lumière « Je change qui je suis pour garder la relation, quand on vit dans une vie artificielle et qu'on n'obtient pas ce que l'on veut, on perd notre lumière, notre âme ». On vérifie ici l'intégralité neurologique, les vertèbres se figent par manque de Magnésium, la pinéale s'étant servi du Magnésium des vertèbres car elle n'est plus assez alimentée par la lumière naturelle.
- **Fleur de Bach, soutien émotionnelle** = Liée au passé, idéale pour approfondir la conscience émotionnelle et changer la qualité de l'énergie liée au souvenir et à sa projection future.

Douleurs

Etats profonds = C'est l'utilisation de la combinaison de l'hémisphère droit et de l'hémisphère gauche, c'est la capacité à changer d'état naturel, on peut utiliser les états profonds pour illusionner le cerveau en lui faisant une autosuggestion pour la douleur par exemple. On peut l'entraîner via l'hypnose à changer sa résistance et son ressenti face à la douleur.

Aromathérapie = Combattre la douleur avec les plantes, les huiles essentielles, véritables concentrés de principe actifs utilisées principalement pour leur mode d'action très ciblé et puissant. Pour l'endométriose, les plus utiles seront la gamme des antispasmodiques et des anti-inflammatoires par voies cutanées qui ont l'avantage de permettre un passage direct dans le sang donc une rapidité d'action.

Par exemple :

Contre les douleurs de règles : 2 gouttes d'HE de petit grain bigaradier + 2 gouttes d'HE de basilic
OU 2 gouttes d'HE de lavande vraie + 2 d'HE d'estragon pour masser le bas-ventre

Contre les maux du dos : 2 gouttes d'HE d'eucalyptus citronné + 2 gouttes d'HE de lavande vraie

A utiliser également quand vous manipuler les points d'acupression.

Alimentation spécifique = Ce serait un leurre de dire que l'alimentation va régler l'endométriose car il n'y a pas de traitement miracle. Cela étant, on sait aujourd'hui que certains aliments vont aggraver l'inflammation et donc les douleurs. La nutrition sera donc un axe très important à ne pas négliger. Cette alimentation s'articule autour de deux grands principes =

- Eviter ou restreindre certains groupes d'aliments inflammatoires et pro-oxydants tels que le lait de vache, le gluten, la viande rouge et les graisses saturées, le sucre, l'alcool, la caféine, les fruits citrins, les levures, les additifs et édulcorants alimentaires, et le soja.
- Favoriser la consommation d'aliments anti-inflammatoires et antioxydants tels que des fibres en consommant beaucoup de fruits et légumes, faire le plein de bon gras avec les lipides avec un bon ratio oméga 3 /oméga 6, le jus de citron, le curcuma, les graines germées, le pollen frais, les algues et les oléagineux.

Homéopathie = Principe de similitude, d'infinitésimalité, de globalité et d'individualisation du traitement. Un traitement homéopathique n'est pas standardisé, ce qui conviendra à l'un ne convient pas forcément pour l'autre. Ainsi l'homéopathie ne soigne pas une maladie mais prend en charge la personne de façon individualisé. Concernant les règles douloureuses par exemple il y a le Chamomilla 7 CH pour les douleurs intolérables, vive et lancinantes provoquant irritabilité et anxiété, le Colocynthis 7 CH pour les douleurs sous forme de crampes, de spasmes avec agitation ou encore le Actaea racemosa 7CH pour les règles abondantes et très douloureuses avec des tendance aux migraines.

Acupression = Vous pouvez réguler vous-même l'énergie vitale en stimulant de façon précise certains points d'acupuncture avec un toucher neutre (Le pouce ou index + majeur). Cette technique permet de soulager bon nombre de troubles courants, à commencer par les douleurs, gynécologiques ou articulaires. Elle constitue aussi une réponse express au stress, qui majore le ressenti douloureux.

CONCLUSION

Toutes ces portes peuvent servir d'informations pour votre cerveau pour l'aider à reconstituer l'histoire originelle de la pathologie. Elles ne serviront peut-être pas à l'équilibration finale mais sont toutes aussi importantes car ce sont ces pistes d'explorations, mentales, émotionnelles, énergétiques et physiques qui vont permettre à votre cerveau de conscientiser les informations qui lui ont permis d'établir ses pathologies pour excuser votre histoire. Une fois le fil déroulé, le cerveau peut agir pour que l'énergie vitale puisse circuler de manière fluide et vivre sans subir !

Grâce au test musculaire et à l'infini connaissance que regroupe le Neuro-Training, on laisse le corps nous dire ce dont il a besoin pour soigner ces dysfonctionnements, où et quand et si cela est prioritaire et objectif pour lui sur ce sujet précis.

Notre compréhension des maux passe par l'interprétation des messages que notre corps nous livre, pour comprendre notre histoire, cette trace gravée en nous, et tant qu'il y aura la trace, le schéma se renouvellera.

Une fois identifié, cela va nous permettre de cibler le soin et ce dont la personne a besoin pour retrouver son bien être et avoir le choix de bien se sentir dans son corps de femme afin de ne pas le transmettre à la génération suivante.

Tout peut être déséquilibré par TOUT et tout peut être équilibré par TOUT

Chaque être est unique, et nous ne parlons pas de l'endométriose mais plus spécifiquement des endométrioses, car il y a autant de types d'endométrioses que de femmes atteintes. Chacune est le fruit de son histoire, de son passé et de sa lignée, ainsi chacune aura sa propre façon de se déséquilibrer et de s'équilibrer.

REMERCIEMENTS

À **José Chouraqui**, pour ton dévouement et ta passion transmise durant ses années avec toi, ainsi que la transmission de ce savoir extraordinaire et très enrichissant.

À **Emilie Florida, Sandrine Biani** et indirectement **Daniel Pujalte**, pour m'avoir fait découvrir le Neuro-Training avec partage et bienveillance.

À **mes parents ; Hélène et Pascal** et **mon conjoint Tony** pour leur soutien indéfectible dans ce que j'espère être ma dernière reconversion, sans qui je n'aurais jamais pu réaliser ce projet !

À **Sofia, Emilie** et **Oriane**, pour m'avoir ouvert les portes de chez vous et m'avoir accueilli comme une princesse lors des week-ends de formation.

À toute **l'équipe de Neuro-Training**, élèves et superviseurs particulièrement **Mathieu Collin, Daniel Pujalte, Marie Hélène Arfaras** et **Arielle Bruno** pour votre bonne humeur, vos conseils, votre accompagnement, toujours dans la bienveillance et la douceur.

À **Laurianne**, voisine et amie, pour ton aide précieuse sur la correction du mémoire et m'avoir sauvé la mise plusieurs fois afin que je puisse assister à ma formation.

Sources

<https://dansmaculotte.com/fr/blog>

<https://www.endofrance.org/>

<https://www.lelabdelendo.com/>

<http://inserm.fr>

Has-santé ; Tout sur l'endométriose, par Dr Delphine Lhuillery, Dr Erick Petit, Dr Eric Sauvanet

« Ame de sorcière ou la magie du féminin » de Odile Chabrilac

« Petit dictionnaire en langue des oiseaux » de Luc Bigé

« Soulager l'endométriose sans médicaments » de Stéphanie Mezerai et Sophie Pensa

« Idées reçues sur l'endométriose » du Professeur Charles Chapron et Yasmine Candau

« Neuro-Training, les clefs pour retrouver la santé et le bien-être – Les solutions pour s'aligner avec sa vraie vie » de José Chouraqui