



Les 4 saisons sacrées (5^e partie - La transformation - suite)

Les derniers articles ont parlé des deux premières saisons sacrées, la découverte et la transformation. La saison de transformation débute une fois que la découverte est suffisamment avancée. Alors, on a découvert comment on faisait pour être qui on est; comment on doit faire circuler son énergie, comment respirer, comment bouger, et quelles pensées sont nécessaires pour entretenir le tout.

Pour bien comprendre, nous allons utiliser des exemples de patients du bureau. Nous avons changé leurs noms et les éléments qui pourraient permettre de les reconnaître.

Guy vient nous voir parce qu'il a mal dans le bas du dos. Ça fait environ 4 ans que ça dure, mais c'est pire dernièrement. Il a fait un burnout il y a trois ans, et a l'impression que si sa douleur reste, il va en faire un autre et devoir manquer de l'ouvrage encore une fois. Il a vu deux chiropraticiens dans le passé pour son problème. Pas de soins réguliers, mais 2-3 visites quand ça faisait plus mal et que l'advil ne parvenait pas à enlever le mal. À l'examen, on se rend compte que ses muscles sont très tendus, mais lui ne le sent pas vraiment. On voit aussi que sa respiration est presque inexistante, lui la trouve très normale. Son niveau d'énergie est bas, son sourire est par en bas lui aussi. Il décide de commencer des soins avec nous. Les premières visites ne produisent rien d'extraordinaire. Puis une ou deux semaines plus tard, sa respiration change drastiquement de profondeur et de rythme. Dès ce moment, il y a un changement important dans sa posture et dans son attitude. Lui ne le remarque pas. Les autres patients eux, oui. Car avant, il était plutôt grognon. Maintenant, le sourire est au rendez-vous. Son énergie circule mieux, son sommeil est plus profond et plus reposant. On est rendu à son réexamen pour voir les changements.

Il commence à remarquer ce qui se passe, mais la question primordiale reste la même qu'au départ: peux-tu m'enlever ça ?! Le mal était là à tous les jours, il est maintenant là une journée sur deux, mais parfois plus intense qu'avant. Suffisamment important pour l'empêcher de faire certaines choses. On lui demande alors s'il a une idée pourquoi c'est ainsi. Pas vraiment.

Il veut redevenir comme avant, pour faire ce qu'il faisait avant. Il a besoin de découvrir davantage, car il est incapable de voir que c'est sa vie passée, justement, qui a créé son présent. Et que s'il veut un

futur différent, il doit absolument changer son présent. On lui recommande donc de garder la même fréquence de soins afin d'approfondir la connexion entre son cerveau et son corps. Les assurances sont par contre terminées, alors lui aussi.

Domage, car le progrès était là. Avec un peu de patience et d'engagement, la transformation aurait été imminente. Car avec des niveaux d'énergie plus grand, avec une posture plus droite, avec des muscles plus relaxe, on ne pense pas pareil. On ne fait pas les choses pareil. On est capable de changer. Et c'est là que la transformation survient.

Claudette a tout le long de sa vie appris que son opinion n'était pas importante et qu'il valait mieux la garder pour elle. Elle avait mal au cou, et a commencé des soins. Très vite, son corps a changé de structure, et sa perception de son corps a changé aussi. Elle a commencé à être plus colérique avec son entourage. Et n'aimait pas vraiment ça. Mais elle commençait à s'exprimer. Puis un jour, elle nous a dit qu'elle s'était inscrite à un cours de communication pacifique. Dès son inscription, ses douleurs qui étaient déjà presque rendues inexistantes étaient histoire du passé. Son inscription était pour elle le point tournant : elle prenait une action qui voulait dire « je n'accepterai plus jamais de garder ce que j'ai à dire en-dedans. Et je veux m'exprimer de façon pacifique, pas en criant comme mon père le faisait avec moi. » C'était le début de la transformation. Claudette a ensuite été demander une augmentation à son patron. Qu'elle a obtenu. Elle était aux anges. Nous aussi.

Il aurait été facile d'abandonner le processus pour Claudette quand elle a commencé à ressentir de la colère. Elle a plutôt su poursuivre ses soins et apprendre à utiliser l'énergie de sa colère pour se transformer et améliorer sa vie. Elle nous était très reconnaissante, mais surtout elle était très fière d'elle, car c'est elle toute seule qui a fait les changements.

La découverte et la transformation sont des saisons. Quand on est en découverte, on ne peut pas vouloir aller en transformation, ce n'est pas le moment. Le dicton Network dit : « Si vous n'êtes pas dans la saison que vous aimez, aimez la saison dans laquelle vous êtes. » Êtes-vous en découverte ou en transformation ? Les deux sont importantes. Les deux sont nécessaires. Les deux sont là au bon moment dans notre vie. Suffit de les vivre, sans les juger.