

Article sur l'atelier de Cheminement de résolution

J'ai souvent constaté que nous ne prenons conscience de l'importance d'une personne qu'au moment où nous risquons de la perdre. Surprenant aussi d'observer que même, parmi les personnes vivant un problème de santé, la majorité d'entre elles n'ont pas la santé parmi leurs valeurs importantes. Et vous, quelle importance accordez-vous à la santé ?

Nous sommes de plus en plus conscients des conditions à mettre en place pour optimiser notre santé : alimentation, exercice, arrêter de fumer.... Ces facteurs ont un impact sur notre état interne. Et qu'en est-il de l'effet des pensées qui occupent le champ de notre conscience et des émotions qu'elles suscitent ?

Qu'est-ce qui fait que deux personnes réagiront différemment devant la maladie ce qui en influencera le déroulement ? Qu'est-ce qui favorise cette combativité à se défendre contre l'invasion ou la désorganisation interne ? Nous connaissons aussi l'effet placebo qui, par le truchement de nos croyances, amène notre corps à se comporter comme s'il avait le soutien externe nécessaire pour combattre la maladie.

Comparons cette situation à un jardin dans lequel vous prenez conscience qu'il pousse ce que vous considérez comme des mauvaises herbes. Vous vous rendez alors compte que vous l'avez négligé dernièrement, ayant porté votre attention sur d'autres priorités. Ne serait-il pas temps de choisir les actions appropriées pour enlever ce que vous ne voulez plus pour planter ce que vous voulez voir s'épanouir dans votre vie ?

La PNL (programmation neurolinguistique) est une approche qui s'est penchée sur le fonctionnement du cerveau humain afin de développer des outils facilitant la communication et le changement. Nous avons ainsi le moyen de transformer notre jardin intérieur, en enlevant ce qui n'est plus utile pour le remplacer par les graines de ce que vous voulez voir s'installer dans votre vie. Ces outils nous permettent d'établir la communication avec la partie inconsciente de nous-même, gardienne de notre intégrité physique, de nos valeurs, croyances, de notre histoire de vie, de notre identité. Il est possible de retourner libérer des émotions liées à des événements non réglés et de mettre à jour nos données personnelles lorsque nous prenons conscience de ce qui nous limite dans l'atteinte de nos objectifs.

L'atelier de cheminement de résolution vous permettra de faire émerger à la surface (le conscient) la racine de la fragilité liée aux maux s'exprimant dans votre corps. Les mots ne sont que le contenant par lequel nous avons accès au contenu de l'expérience encodée dans notre mémoire. En suivant le filon de l'émotion imbriquée dans les mots, nous retournons au sens que nous avons donné à l'évènement à l'origine de notre fragilité. Nous utiliserons le langage de l'inconscient, le symbole, afin d'entrer en contact avec la structure de pensée à l'origine de cette désorganisation physique. Puisque nous avons en nous les ressources pour résoudre nos problématiques, nous pouvons avoir accès aux solutions afin de ramener l'harmonie. Une fois

cette harmonie réinstallée au niveau des pensées, le corps pourra revenir à l'équilibre, favorisant ainsi le retour à la santé.

Que vous participiez à cet atelier pour résoudre un problème de santé personnel ou pour ajouter de nouveaux outils pour accompagner vos clients, vous partirez avec un nouvel éclairage sur le sens de la maladie et comment participer activement au retour vers votre santé.