

LES PETITS DECRYPTAGES EN METAKINEBIOLOGIE®

Tout d'abord, je me permets de rappeler les hypothèses de base des troubles du sommeil. Le plus connu est assez simple à comprendre, celui-ci s'inscrivant dans une "**logique de survie**" pour le cerveau archaïque!

Mais avant tout une précision s'impose car une des façons simples d'appréhender cette approche bio-logique repose à mon avis sur un minimum de deux principes fondamentaux :

1. Se poser la question "*En quoi ce dysfonctionnement (mal-être ou autre) est une solution pour mon cerveau ?*"
2. Faire un saut dans le temps passé pour retrouver "la grotte préhistorique ou l'origine des mécanismes de survie."

A l'époque, dans cet univers rempli de prédatations, le seul endroit sécurisé était la "grotte". Celle-ci était choisie avec soin sur des critères stratégiques bien définis afin d'apporter la "**sécurité**" nécessaire à un repos salvateur en toute quiétude; critères indispensables à la récupération des moyens physiques et psychiques pour affronter de nouveau le lendemain, la prédation avec le maximum d'efficacité.

Le reste du temps, hors de la grotte, la meilleure façon de rester en vie était d'être dans **un état de vigilance permanent**.

En d'autres termes, de jour comme de nuit, je dois ma survie à mon **état de veille et de vigilance** pour voir venir **le danger** et sauver ma peau.

Si un danger (réel, imaginaire, virtuel ou symbolique) me menace (Globalement l'insécurité)

Dormir = Je risque de mourir.

Solution du cerveau = l'état de veille.

Suite à quelques déceptions sur des cas d'insomnie, malgré cette compréhension et une intégration évidente du consultant de ce principe, ma réflexion s'est portée sur le fait que certainement dans **l'adaptation à notre environnement au cours de l'évolution**, il se pourrait que d'autres critères soient à prendre en compte.

Après de nombreuses vérifications sur des cas cliniques, le sommeil de plusieurs personnes est réapparu suite aux prises de conscience suivantes:

- ❖ Moi-même ou mon clan demande **par fidélité de veiller un défunt** qui n'a pu l'être.

Cas N°1:

Madame DUVOYAGE est aux Etats-Unis quand son fils se tue dans un accident de voiture. On ne parvient à la joindre par téléphone, que plusieurs jours après le drame. Le temps de trouver un avion pour son retour sur Suisse, son fils fut incinéré sans autre attente. Insomnie depuis deux ans.

Solution du cerveau: Rester éveillé pour résoudre la culpabilité inconsciente de ne pas avoir été présente.

Solution de résolution: - Prise de conscience + Acte symbolique (Elle a veillé sur une photo de son fils le temps nécessaire convenu dans son système de croyance et sa pratique religieuse.)

Résultat: Retour du sommeil.

- ❖ Mon clan ou un individu du clan mort trop rapidement me demande de **veiller sur un vivant**.

Cas N° 2:

Monsieur LEPARRAIN se réveille tous les matins à quatre heures trente depuis l'âge de quarante deux ans. Après recherche dans l'histoire familiale, on s'aperçoit que ses troubles du sommeil correspondent à l'âge d'un parent mort à quarante deux ans d'un cancer en laissant derrière lui une petite fille. (la filleule de Monsieur LEPARRAIN). Il prend conscience qu'il a été mandaté par cet homme pour veiller sur cette fille dont il est le parrain.

Après vérification, l'homme est décédé aux alentours de quatre heures du matin

Solution du cerveau : Rester Eveillé pour prendre le relais.

Solution de réparation: Prise de conscience + Acte symbolique (Il écrit une lettre à ce parent décédé pour lui expliquer qu'il ne pouvait continuer à veiller sur cette jeune femme au détriment de sa propre santé.)

Résultat: Retour du sommeil.

- ❖ Un autre niveau à prendre en compte est **la dimension spirituelle** de l'individu. Sur un cheminement de développement de soi, un blocage quelconque au niveau de son **Eveil personnel** peut-être à l'origine des troubles du sommeil.

Cas N° 3:

Madame DUYOGA vit une existence plutôt confortable, lui laissant du temps à une recherche spirituelle et un travail de développement personnel guère partagé par son mari chef d'entreprise d'une grosse société de transport routier. Sous la pression régulière des railleries de son époux devant les amis et la famille, celle-ci décide d'arrêter toutes ses activités dans l'espoir de récupérer un peu de reconnaissance de son entourage. Ces troubles du sommeil commencent quelques jours plus tard.

Solution du cerveau: Etre éveillé puisque je ne peux plus continuer mon chemin **d'Eveil** personnel.

Solution de réparation: A fait le choix de reprendre quelques activités qui n'empiètent plus sur les week-ends et les réunions de famille. A décidé de ne plus partager avec son entourage ses expériences de développement de soi et de prendre du recul face aux comportements parfois moqueurs des amis.

(Travail de déprogrammation sur les systèmes de croyances et mise en place d'ancrages sur la valeur de soi)

Résultat: Retour progressif du sommeil après plusieurs semaines. (La lenteur du processus est certainement due à un engagement lié à des compromis, plutôt qu'à des décisions plus déterminées !)

Il paraît important pour une compréhension profonde et évolutive, d'avoir une réflexion à un niveau « plus existentiel » (existe en ciel) car l'encodage de nos maux (mots) se perçoit à tous les niveaux de l'Etre.

Pour exemple, Monsieur ALITE qui régulièrement depuis trois ans se retrouvait couché pendant plusieurs jours avec une sciatique qui l'handicapait sérieusement. Les traitements classiques ne lui accordaient qu'un pâle soulagement. La recherche habituelle ne donna pas grand chose ! Ce n'est qu'à travers la mise en évidence d'un « blocage » au niveau de sa « démarche » « spirituelle » que sa sciatique s'est envolée.

Explication :

Quelques années en arrière Monsieur ALITE faisait partie d'un groupe de prières. Sa famille ne voyait pas sa démarche d'un bon œil et les soupçons de secte se faisaient souvent entendre. Sous la pression du clan il « **nia sa démarche initiatique** » (ini - sciatique) et quitta ses compagnons de prière.

Solution du cerveau : Blocage du nerf sciatique. (Solution transposé symboliquement)

Solution de réparation : A accepter de respecter sa démarche spirituelle et s'est autorisé un acte symbolique pour rendre à son clan les peurs accumulées dans la famille. (Pendant la guerre des membres de sa famille ont été arrêtés par la gestapo pendant qu'ils priaient dans une église).

(Tout cela peut, je vous l'accorde faire sourire certains, mais comme le dit l'adage populaire « peu importe le flacon pourvu que l'on aie l'ivresse »)

Alors n'oubliez pas cette piste importante et bonne recherche.....

Philippe BERTHOLON

Kinésiologue, concepteur de la Métakinébiologie®

Et de la kinésiologie Fondamentale©

Formateur, auteur, conférencier.

www.kinebio.com

Copyright© - Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur.