

LE DEUIL



Je suis juste de l'autre côté du chemin

Sabine Vandenbrouck - Promotion 2017/2019

SOMMAIRE

1. Définition	p 2
2. Pourquoi ce sujet ?	p 2
3. Les étapes du deuil	p 3
4. Pourquoi le Neuro-Training	p 4
5. Comment faire son deuil avec le NT ?	p 6
6. Conclusion	p 10
7. Remerciements	p 11

1. Définition

- D'après le Larousse, Le mot '**deuil**', qui dérive du latin 'dolus', du verbe 'dolere' (souffrir), désigne, au Xe siècle, la douleur ou l'affliction que l'on éprouve lors de la mort d'un proche. Au XVe il désigne aussi le décès, la perte d'un être cher.
- De l'ancien français *duel*, du bas latin *dolus*, douleur - (*Cela pourrait-il être un Doux leurre ?*)
- Processus psychique mis en œuvre par le sujet à la perte d'un objet d'amour externe.
- Pour les bouddhistes le monde est pensé pour naître et mourir à nouveau dans un enchaînement répétitif et infini.

2. Pourquoi avoir choisi ce sujet ?

Je suis en train de vivre le deuil de ma mère. Il est difficile, sensible, engendre de la tristesse, du rejet et du déni. Le deuil est pourtant une étape normale et inexorable de la vie mais nous le vivons tous différemment selon nos âges, selon la personne qui nous quitte, notre état psychique et physique du présent. J'ai vécu le deuil de ma grand-mère il y a 30 ans d'une façon beaucoup plus tragique et pendant très longtemps la douleur a perduré. Pourquoi ces différences de ressenti, de réactions et d'attitude ? Comment surmonter cette vive douleur et surtout comment l'accepter ?

A contrario, cette année, j'ai vécu et ressenti le départ de ma mère tout à fait différemment. Pourquoi réagissons-nous inégalement à un même événement ? Ma croyance est, qu'à notre mort, nous retrouvons les autres personnes décédées. Donc finalement, nous quittons des personnes que nous aimons pour en retrouver d'autres. Il n'y a pas de tristesse durable dans ce concept. Cela me permet d'accueillir la vie, donc la mort comme une continuité. (Oui, oui, c'est bien le mental qui parle ici !) Pendant ces 4 dernières années, ma mère a vécu chez ma sœur au Mexique. Tous les ans, je les retrouvais pour 3 semaines de bonheur et de complicité. Et à chaque retour, je me disais que, peut-être, je ne la reverrais plus. Finalement, se dire que tout a une fin, nous profitons bien mieux du temps présent, avec beaucoup plus d'intensité et chaque instant prend soudainement toute sa valeur .

Le deuil ne se préoccupe pas de la Mort car Le Deuil ne concerne que les vivants !
Le deuil se vit seul.

La mort d'autrui vient interroger notre propre mortalité, il interpelle notre incapacité à stopper l'horloge de la vie : c'est notre toute puissance fantasmée que le deuil vient percuter.

En outre, un deuil peut prendre de multiples facettes :

Un déménagement, un ami qui s'éloigne, un changement d'activité ou la perte d'activité, la perte d'un doudou, d'un animal, un projet qui avorte, une amitié, un amour qui s'éteint, la famille, le clan qui rejette ou que l'on rejette ...

3. Les étapes du deuil

Le deuil résulte d'un traumatisme - qui peut ne pas en être - et celui-ci peut être vécu de différentes façons.

Comme je le disais plus haut, suivant les personnes, le ressenti de cette situation sera unique. Des stratégies émotionnelles seront mises en place : telle qu'apathie, impuissance, déni, incapacité, culpabilité, incompetence.

Elle passera donc par différentes étapes :

- Le déni : lors de cette phase, la réalité est refusée parce que trop brutale et difficile à accepter ;
- La colère : c'est une phase de révolte et une période où l'on peut aisément avoir tendance à chercher des 'fautifs' ou des responsables ;
- La dépression : c'est une phase de repli sur soi, avec de nombreux affects de tristesse, des regrets et de la culpabilité ;
- L'acceptation : le décès est accepté. L'avenir et la vie reprennent du sens avec la création de nouveaux projets, sans pour autant oublier l'être aimé.

Il est possible et c'est souvent le cas, que ce processus ne se déroule pas tout à fait ainsi.

Nous nous développons chacun à notre rythme et j'ai souvent remarqué que les changements se font par paliers, avec des périodes de régression, avant une avancée avérée. Nous le retrouvons ici également.

4. Pourquoi le Neuro-Training

Depuis très longtemps, je réfléchis aux raisons des maladies. Pourquoi l'allopathie ne s'occupe que des effets et non des causes.

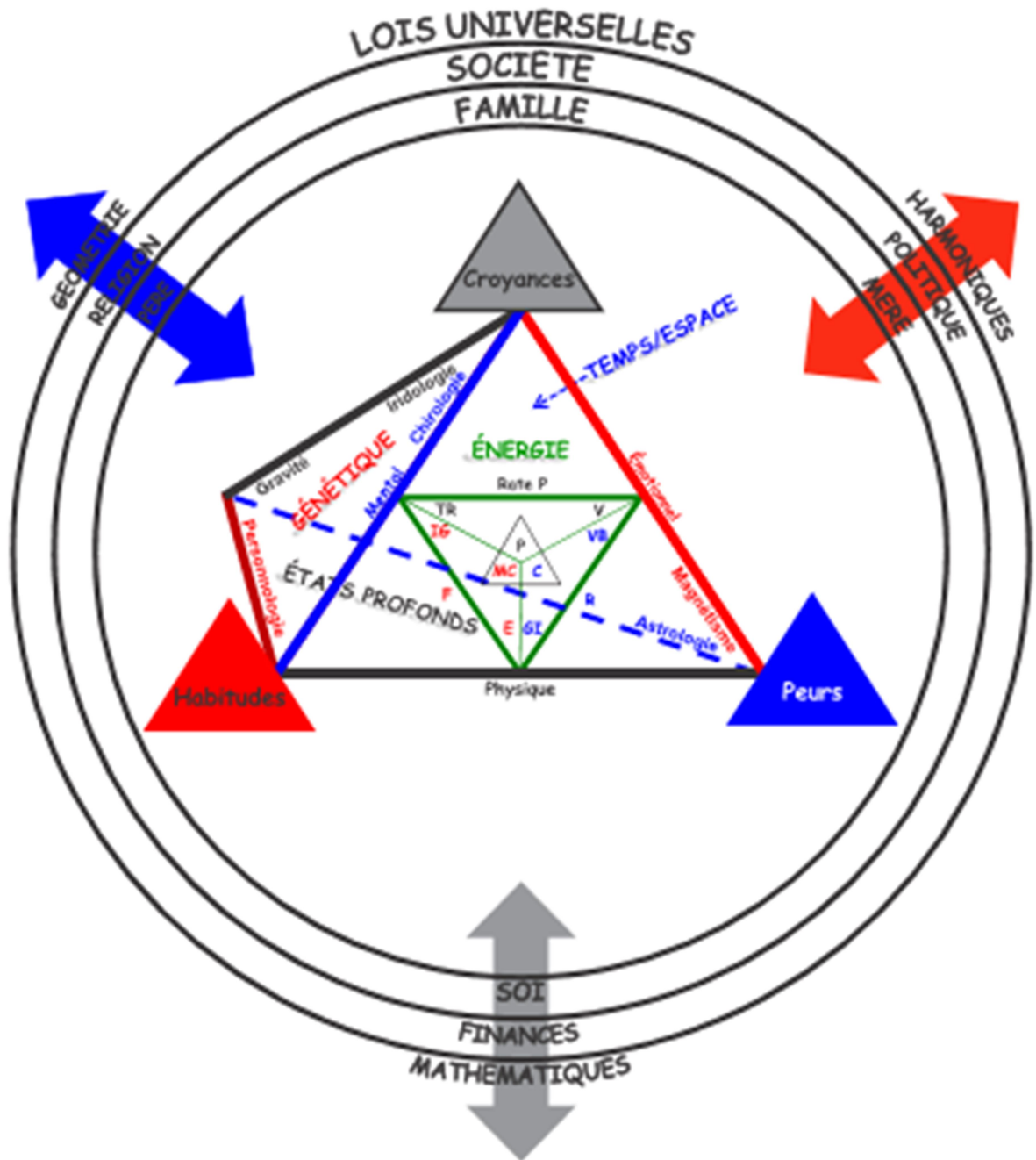
Enfant j'étais gavée de médicaments jusqu'au jour où j'ai compris que je pouvais m'aider, que j'avais en moi ce qu'il fallait pour mener une vie saine, avec l'aide des médecines "douces". La nutrition saine locale et bio a d'abord eut des effets magiques sur ma personne.

En quête de bien-être et de mieux comprendre le monde je me suis dirigée vers les équilibrages énergétiques, j'ai également fait des stages chamaniques. Explorer pour construire mon art de vivre ! Nos corps, nos esprits sont indissociables, nos actions et nos pensées s'inscrivent en nous. La découverte que nous sommes les créateurs de nos vies m'encourage chaque jour.

Le NT me fut suggéré par une amie. Il existait donc une pratique qui tenait compte des caractéristiques physiques, mentales, émotionnelles et énergétiques de la personne, et ce dans une approche globale !!!

Tout ce que je cherchais depuis tant d'années se trouve dans le NT.

Et l'aventure a commencé.



5. Comment faire son deuil avec le Neuro-Training

Dans toutes ces situations, le Neuro-Training peut aider, soutenir, modifier l'émotion ressentie, à l'aide de différentes techniques, .

Il est important de noter que ce ne sont, ni le patient ni le neuro-traineur qui décident du déroulement d'une séance de Neuro-Training. Le neuro-traineur se laisse guider par les réponses du corps - non par le mental ou ses croyances.

Il s'adresse au subconscient de la personne à l'aide des tests kinésiologiques. Le patient a le bras tendu, le neuro-traineur lui demande de maintenir sa position et il va exercer une pression de 200g pendant 2 secondes sur son poignet. Les réponses sont binaires. Il maintient sa position ou bien il ne la maintient pas. Ce qui veut dire : il sait faire, ou il ne sait pas faire ; il stresse sur le sujet ou ne stresse pas sur le sujet. Ces tests court-circuitent le mental et donne des réponses adaptées au besoin du corps. Tout passe par le questionnement du corps.

La recherche se fait sur le plan physique, émotionnel, mental et énergétique pour que le patient retrouve ses valeurs et qu'il vive sa vie en faisant ses propres choix.

Le corps va nous montrer à quelle étape il se trouve dans sa problématique, comment il se sent et comment équilibrer cette étape.

Quand nous commençons une séance, nous regardons en premier lieu ce que la personne est en train de « libérer ». C'est un problème que la personne a résolu. Pour elle c'est fini, mais il reste un lien, une mémoire à l'intérieur du corps qui doit être coupé pour que ce problème soit définitivement réglé.

Si elle a déjà fait son travail sur le deuil, ou bien si c'est le « temps » qui a œuvré pour elle, nous le découvrirons dans la lecture des fascias gauches. C'est ce qu'elle vit par rapport à elle.

Nous irons chercher dans quelle partie du corps une mémoire s'est installée et qu'il faudra débrancher. Car si nous la laissons, le moindre événement y ressemblant de près ou de loin réveillera un état de stress similaire.

Sur quel organe s'accroche-t-elle ?

Suivant l'organe mise en évidence, cela nous racontera déjà une histoire.

Par ex, si c'est le Foie, la personne a de la colère, ou de la révolte, elle peut être agressive...

Si c'est le Gros Intestin - qui est quand même notre 2^{ème} cerveau - la personne sera dans la frustration, la culpabilité, incapable de lâcher-prise, d'évacuer ses émotions, ...

Cependant, si la personne est encore dans l'une des étapes du processus de deuil, le NT permet de trouver plusieurs voies d'équilibrations.

Il faudra tester la 1^{ère} cervicale qui nous indiquera la meilleure option d'équilibration possible.

Va-t-elle le vivre contre elle ou bien vis-à-vis des autres ?

Est-elle dans le choix, ou le non-choix de l'acceptation de ce deuil ?

Si elle ne peut pas accepter ce deuil, pourquoi ? qui doit accepter ? qu'est-ce qui l'en empêche ?

Est-ce l'enfant en elle, l'adolescent, l'adulte, le bébé intra utérin ou bien même un ancêtre ?

En NT nous irons dans le passé, en faisant une récession d'âge. Si demandé par le corps, nous pourrons trouver le moment précis où la personne a ressenti la même émotion que ce qu'elle vit actuellement. Nous ferons alors une équilibration pour défuser l'émotion négative et la remplacer par une émotion positive, de telle sorte qu'il n'y ait plus de stress quand se reproduira une situation similaire. La personne aura le choix d'agir différemment.

Est-elle dans la perte, le manque ?

S'il y a manque, cela sous-entend un « besoin », qui lui sous-entend « une peur » de perdre.

D'où vient cette peur ? Est-elle physique, émotionnelle, mentale ?

En NT, la première séance que nous proposons est celle du Moi Négatif. Il s'agit de détruire (je dis bien détruire !) le Moi Saboteur qui vit en nous. Vous savez cette petite voix qui vous chuchote que vous n'êtes pas capable de faire ceci ou cela, que vous êtes moins doué(e) que votre frère ou votre sœur, que dans votre famille on est tous comme ceci ou comme cela, etc.

Si nous ne pouvons nous imaginer en train de faire quelque chose, il ne nous viendra jamais à l'esprit que nous en sommes capables. Mais ce n'est qu'une illusion.

Et l'illusion est fondée sur la peur qui bloque notre intelligence.

Pour cela, nous irons trouver et enlever les peurs dans le présent et dans le passé : qui peuvent provenir de la naissance en elle-même, d'une séparation, d'une souffrance, d'une appréhension, de schémas obsessionnels. Elles seront remplacées par des émotions positives qui lui permettront d'assumer, de s'engager avec plus de confiance et sérénité.

Cette peur est-elle héritée, de qui ? (papa, maman, grand-mère, ...)

Si elle est héritée, c'est peut-être pour cela qu'elle ne sait pas comment réagir, ou qu'elle ne peut pas.

En NT nous irons voir dans la génétique, et/ou dans les générations précédentes pour désactiver la problématique.

Et si cette peur n'est pas héritée, c'est qu'elle l'a déjà vécue. Et le corps a réagi - à ce moment là - d'une certaine façon. Peu importe le « ressenti » qu'elle a eu , il sera toujours reproduit dans le même genre de situation. Un stress réveille toujours un état de stress. Et c'est cette perception que nous irons modifier.

Est-elle dans le mutisme le plus total ?

Ou le déni ? « Je vais bien, tout va bien ! »

Est-ce automatique dans la famille de fonctionner ainsi ?

Nous pourrions chercher par les Etats Profonds, qu'elles sont les limitations génétiques.

Ces limitations viennent-elles de sa chiologie ?

Ses mains qui sont le reflet de son psychisme intérieur. Les lignes, les formes, les doigts, vont indiquer comment la personne va se comporter et opérer dans différentes circonstances. Toutes les informations contenues dans les mains peuvent être considérées comme des ressources. Si une situation (telle que le deuil) demande une ressource supplémentaire pour surmonter la difficulté, nous verrons quelle ressource peut être proposée à la personne. Ex : si elle a un manque de vitalité, nous irons chercher les ressources de la « ligne de vie » qui représente la force motrice, la force viscérale intérieure.

Ces limitations viennent-elles de ses fonctions cérébrales dérégées ?

Quand celles-ci fonctionnent normalement, voici comment la personne se comporterait : 'Si je me focalise, je m'intéresse, ce qui me permet d'imaginer que je pourrais apprendre et donc comprendre. Si je sais, je peux faire, donc je m'adapte et j'en suis fière. Cela me procure du plaisir et j'agis en toute confiance.

En résumé : Si je veux, je peux.

Enfin, il existe une dimension plus spirituelle sur laquelle j'ai posé mon intérêt quant au deuil de ma maman et dont je tiendrai compte dans une équilibration.

Le tout est dans le tout.

De Confucius (philosophe) à Nassim Haramein (scientifique), rien ne se perd, tout se transforme et nous sommes là pour vivre des expériences. Donc à nous de les vivre le mieux possible avec nos propres choix, nos propres valeurs en considérant que nous sommes à la fois Unique et Universel, et que nous sommes les créateurs de nos vies et de nos mondes.

Le pouvoir de l'Intention, et le pouvoir de l'Amour que nous y mettons augmenteront le potentiel de guérison et de bien-être.



6. Conclusion

Le deuil est un passage, un seuil à franchir pour mieux renaître, non dans l'oubli ou le refoulement mais dans l'acceptation pleine et entière, libéré de nos peurs.

Je dirais que le NT va arrondir les angles tranchants des étapes du deuil
Et la personne se relèvera avec des cicatrices moins profondes.

La guérison est le deuil de la maladie

L'acceptation le deuil de nos doutes

La paix est le deuil de la peur

L'amour le deuil de la haine

...

7. Remerciements

José Chouraqui *MERCI MERCI MERCI !!!!*

Ce Merci t'appartient tout entier,
dans sa forme la plus pure,
la plus simple
et avec tout mon cœur !

Et pour toutes les autres personnes qui savent que je les remercie également, je
l'envoie à l'Univers et ainsi chacun aura sa part d'amour et de gratitude.

