

SENS - COHERENCE – CONFIANCE

LA METAKINEBIOLOGIE®

Par Philippe BERTHOLON

Dans le numéro cinq de Cause et sens, je vous ai communiqué ma réflexion et mon expérience concernant la formule du mieux-être. Je vous propose aujourd'hui de développer un peu plus dans le détail les rouages de cette mécanique de base.

Même si cela paraît une évidence, un point important concerne la relation **consultant/praticien**. Une partie essentielle du processus de basculement dans ce mécanisme de mieux-être est en rapport avec **la confiance** et le pouvoir, certes subjectif, du transfert effectué sur le praticien. Quel que soit la pratique ou la technique employée, le processus est identique!

LA CONFIANCE est un élément fondamental du système, mais il sous-tend, pour être durable, deux autres principes de base. Comme le soulignait récemment une consultante *"je rentre dans la confiance uniquement parce que cela a du **sens** et de la **cohérence** dans mon histoire !"*

Pour le mental conscient si je comprends le **SENS** de ma difficulté ou de mon dysfonctionnement et qu'en plus cela est **COHERENT** dans ma biographie personnelle, alors je peux être en **CONFIANCE**.

SENS, COHERENCE et CONFIANCE sont des ingrédients essentiels dans la mécanique du processus de rétablissement de l'équilibre.

Comprendre le **SENS** d'un dysfonctionnement sans résonance concrète dans l'histoire de la personne se résume régulièrement par une connaissance purement intellectuelle sans incidence.

Comprendre la **COHERENCE** d'une succession d'événements sans en déterminer le **SENS** profond, aboutit également à une connaissance uniquement intellectuelle.

Par contre l'intégration dans **"une pratique"** de ces trois principes ouvre les portes d'une mise en conscience rapide et l'assimilation du mécanisme d'auto équilibre.

À cette phase du travail, la prise de conscience que "je suis le seul à pouvoir trouver une solution à ma problématique" devient fréquemment, pour de nombreux individus, un stress supplémentaire.

Le praticien avisé, peut saisir l'opportunité du climat de **confiance** instauré pour éveiller la lucidité de son consultant. En lui proposant de **modifier son système de croyance** par la mise en action d'un nouveau fonctionnement possédant du **sens** et de la **cohérence**, ce qui permet à la personne de lever ses doutes.

À la fois seul l'individu a le pouvoir d'auto régulation au niveau biologique, mais il est important de prendre en compte que notre mental **"pense"** que la solution vient de l'extérieur.

D'autre part, même si intellectuellement j'ai compris *que moi et moi seul* peut trouver la solution et le dépassement de ma problématique, une part de mon inconscient doute et se rassure s'il y a un apport externe.

Ce mécanisme a été très bien décrit au début du siècle dernier par les travaux du Docteur Hippolyte Bernheim* sur l'hypnose et le pouvoir de la suggestion. **"Tout pouvoir est dans le patient, mais le patient a besoin de croire qu'une partie du pouvoir est dans le thérapeute..."** (D'où l'importance du climat de confiance)

En résumé, soit l'on se retrouve face à une prise de pouvoir dans lequel **"je sors de l'ordre des choses"** et j'impose;

Soit je renvoie la personne à son propre pouvoir de résolution et donc **pour certains** à leurs doutes et leurs peurs !

Ma proposition est intermédiaire et échafaudée dans la conscience.

"Vous êtes la seule personne compétente à pouvoir faire quelque chose pour vous-même, mais si vous m'investissez de votre "confiance" et me donnez le "pouvoir" de "faire", alors je vous renverrai par procuration cette possibilité de résolution et mon intervention va apaiser votre mental et vous permettre de mettre en place le processus de réparation".

Le terme de **facilitateur** prend alors toute sa signification.

Mesdames et Messieurs les thérapeutes, les praticiens, les éducateurs, réévaluez objectivement les cas où les résultats sont là et ceux où les résultats sont aléatoires, regardez le profil psychologique du consultant et son transfert.

Vos témoignages viendront enrichir ou changer cette "théorie" qui pour moi est devenue un constat.

L'intérêt pour "le mental" est qu'il a ainsi plusieurs possibilités et dans ce choix il ne se sent pas piégé; alors le niveau de stress baisse.

Pour résumer :

La solution n'appartient qu'à l'individu, mais le potentiel permettant la mise en action des processus biologiques de réparation est optimisé :

- Dans la mesure où le dysfonctionnement a un **"sens"**.
- Quand dans l'univers de la personne ce sens prend toute sa **"cohérence"**.
- Quand cette cohérence entraîne transfert de "compétence" dans cette dimension de **confiance**.

Alors tout est possible!

Dans ce monde matérialisé uniquement au travers des croyances et des illusions, faire le choix des illusions positives, rend pour moi indéniablement la vie plus confortable.

Docteur Hippolyte-Marie BERNHEIM (1837-1919) Travaux sur l'hypnose et la suggestion - Créateur de l'école de Nancy – Père de la Psychothérapie - Collaboration avec Freud

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.