



Le STRESS

La kinésiologie permet de se libérer des stress.

Ok, mais qu'est-ce qu'un STRESS ?

D'où vient-il ?

Pour tout événement de la vie, la personne éprouve un ressenti à vivre cet événement.

Il y aura autant de ressentis différents que de personnes ayant vécu le même événement au même moment !

Il en découle soit un ressenti vécu pleinement et intégré de suite, soit un ressenti non vécu pleinement par la personne, créant une « cristallisation » de la personne au moment du vécu de l'évènement.

Un déphasage avec elle-même, son être, sa psyché.

Ce déphasage va générer chez la personne la mise en place d'un système de défense inconscient pour éviter que cet événement ne se reproduise et réactive ce ressenti douloureux.

Ce mécanisme de protection est le STRESS avec ses SYMPTOMES qui s'expriment, rappelant à la personne qu'elle n'a pas encore vécu pleinement son ressenti.

Une sorte de message clignotant qui lui rappelle que ce déphasage est toujours là !

En kinésiologie, le consultant va faire part de son stress en décrivant les symptômes (blocages du corps, déséquilibre physiologique, tension émotionnelle, mentale...)

Par exemple une maman qui devient triste chaque début d'été, avec des maux de ventre.

Ensuite, avec le kinésologue, ils vont remonter jusqu'à l'évènement d'origine qui génère ce stress.

Le plus important n'est pas l'évènement lui-même, qui joue le rôle de déclencheur/révéléateur, mais le ressenti éprouvé par la personne au moment où elle a vécu cet évènement.

Car elle se reconnecte avec l'être qu'elle a été à ce moment.

Par exemple, cette maman se remémore dans son enfance ce départ en vacances d'été sans sa mère qui venait subitement de tomber malade. Puis elle se reconnecte avec une grande tristesse qu'elle a ressentie le jour du départ .

En en prenant conscience et en le reconnaissant, le consultant désactive le mode « arrêt sur image » et libère le déphasage.

Le ressenti est accueilli pleinement, intégré, « digéré ».

Par effet domino, le mécanisme de protection n'est plus alimenté et se délite, entraînant la disparition du stress et de ces symptômes. Le clignotant s'éteint.

Un stress peut se mettre en place, associé à n'importe quel événement de la vie de la personne ou de celle de ses ancêtres, en transgénérationnel.

Plus d'informations sur le site www.etre-epanouir.com