

THÉRAPIE TIPI: Quand le ressenti corporel guérit

5 novembre 2015

Journal Néosanté

ARTICLE N° 73 _Par Emmanuel Duquoc

Il y a un an, Néosanté (N° 28) publiait des extraits du livre « Revivre Sensoriellement ». Luc Nicon, ancien chercheur en pédagogie, y exposait sa découverte : un processus à la portée de tous, faisant appel au ressenti corporel et capable de réguler en un instant les perturbations émotionnelles. Séduits par la simplicité de l'outil et après avoir éprouvé son efficacité, nous avons cherché à savoir s'il pouvait aussi soigner le corps. Effectivement, la chose est peu répandue mais elle existe. Des particuliers l'utilisent à cette fin et un thérapeute bien connu des lecteurs de Néosanté l'a mis au centre de sa pratique, semble-t-il avec succès...

Une nuit de février 2014, alors qu'elle est assoupie, Marie est prise d'une vive douleur sous les basses côtes droites. Brusquement réveillée, elle se lève, pliée en deux. Cette sensation de coup de poignard à la vésicule biliaire n'est pas nouvelle. Voilà bientôt deux ans que Marie souffre de crises douloureuses de cet organe. En septembre 2013, elle s'est résolue à passer une échographie. Verdict : pas de calculs apparents mais des boues biliaires qui engorgent la vésicule et le foie. « Ce n'est pas bien joli tout ça », lui a annoncé le médecin. « Tôt ou tard, il faudra vous la retirer. » L'opération, Marie qui est adepte du naturel, ne parvient pas à s'y résoudre. Elle a entamé une cure de jus de radis noir, mais les douleurs reviennent de manière intermittente au fil des mois, se réveillant à la moindre contrariété, au moindre repas un peu plus riche qu'à l'accoutumé. Mais revenons à cette nuit de crise...

Marie a très mal, mais elle est également perturbée par ce qui lui arrive. Peur de la douleur, peur de l'opération. Assise sur son canapé, elle a l'idée de diriger son attention sur les sensations physiques occasionnées par sa frayeur. Un serrement de gorge, une sensation de creux à l'estomac, autant de manifestations émotionnelles que Marie prend simplement en compte, sans chercher à les modifier. Au bout d'une minute, ces manifestations désagréables s'apaisent subitement. Elles sont bientôt suivies d'une étrange sensation de vide, comme si elle flottait dans le brouillard. Au bout d'un temps plus long, ces sensations qui sont presque une absence de sensations s'estompent également. Marie souffre encore physiquement, bien entendu, mais la peur est tombée. Aussitôt, c'est une colère qui monte ! Colère d'avoir trop mangé ce soir-là. Marie a dévoré à elle seule un grand paquet de chips. Si son régime habituel est plutôt sobre, elle a de temps en temps, après une longue journée de travail, des accès de boulimie incontrôlés.... Que son système digestif, apparemment, supporte moins bien qu'autrefois. Encore une fois, Marie se prête au même rituel que précédemment. Assise les yeux fermés, elle prête simplement attention aux sensations corporelles liées à sa colère. Aussitôt, la perturbation émotionnelle est remplacée par des ressentis physiques particuliers : crispation de la mâchoire, tension des abdominaux, oppression à un autre endroit... Les sensations évoluent, laissent place à d'autres pendant un peu plus d'une minute puis cessent. A ce moment, surprise ! Non seulement la colère a disparu, mais la douleur vésiculaire semble également s'apaiser. Marie se recouche et passe une

nuit paisible. Le lendemain matin, toute oppression a disparu. Marie sent une légèreté dans son foie qui ne lui était pas apparue depuis des années. À l'heure où nous écrivons c'est-à-dire huit mois après cette ultime crise, elle n'a pas eu de nouvelle alerte et s'estime guérie. Et ses accès de boulimie ne se sont plus manifestés non plus, malgré son emploi du temps bien rempli.

« 100 % de réussite sur les perturbations émotionnelles »

Marie, en pleine conscience, s'est livrée à un revécu sensoriel, un processus proposé par l'ancien chercheur en pédagogie Luc Nikon qu'elle a découvert quelques semaines plus tôt lors d'une « formation publique » d'une heure et demi. Pourtant, « Revivre Sensoriellement » n'est pas une technique sensée soulager les maux physiques. Comme le dit son découvreur Luc Nikon, c'est juste « un truc naturel, qui régule les émotions dysfonctionnelles... ». À un détail près : la régulation dont il est question ne semble pas être une relativisation des événements mais un nettoyage définitif. Depuis 2010, Luc Nikon s'emploie à diffuser son procédé aux travers de trois techniques distinctes. Revivre sensoriellement permet de réguler l'émotion quand elle se présente, au quotidien. C'est ce qu'a fait Marie. Autotipi permet de réguler les émotions en différé, également de manière autonome. TIPI (Technique d'identification sensorielle des peurs inconscientes) permet aux thérapeutes d'accompagner leurs patients pour réguler en « différé » leurs perturbations émotionnelles. Tipi Express permet d'accompagner « à chaud » toutes personnes en crise émotionnelle. Et Tipi enfants est une formation expresse pour les parents « Après un revécu sensoriel bien mené », explique Luc Nikon, « les mêmes événements n'ont plus le même impact. Ils ne sont plus perturbants. » Jusqu'à guérir le corps ? Interrogé à ce sujet, Luc Nikon admet du bout des lèvres que des praticiens constatent parfois la disparition de symptômes comme les allergies, mais sans pouvoir les relier à une régulation émotionnelle particulière. Les gens ont une bonne surprise dans leur vie, c'est tout. Pour le reste, il se montre d'une prudence extrême : « Quand on a une méthode qui donne 100 % de réussite sur les perturbations émotionnelles, pourquoi se risquer à prétendre guérir aussi les maladies physiques ? Souvent, le même symptôme va s'exprimer dès que la personne est perturbée, quelle qu'en soit la cause. » À moins de parvenir à cibler l'émotion spécifique à l'origine du symptôme ? C'est ce à quoi s'emploie Léon Renard, à notre connaissance le seul praticien qui se soit employé à accompagner les maladies physiques avec l'aide de TIPI. Formé auprès du docteur Hamer, ce psychologue utilise la méthode de régulation émotionnelle à l'appui du décodage biologique. « Lorsque l'on vit une perturbation émotionnelle ou un choc psychologique, ceux-ci ciblent un endroit du corps dans lequel ils se manifestent sous la forme de sensations désagréables », indique-t-il. « Si ce ressenti n'est pas géré, si aucune stratégie d'action n'est possible soit pour mettre fin à la situation perturbante, soit pour apaiser l'émotion, le corps choisit une solution d'adaptation archaïque, issue de nos milliards d'années d'évolution. Cette solution constitue le point de départ de la pathologie. » Comme tout bon praticien en décodage biologique, Léon Renard enquête pour retrouver chez ses patients le bio-choc qui a causé leur maladie. Mais une fois que celui-ci semble identifié, il ne fournit pas d'explication mais utilise simplement la méthode de Luc Nikon pour le réguler. Efficace mais également très rapide.

« Qu'est-ce que ça fait dans ton corps ? »

C'est ainsi qu'il a accompagné un jeune patient qui souffrait de douleurs digestives après le petit

déjeuner. Le médecin avait suggéré une origine psychologique. Lors de la consultation, ses parents indiquent que leur fils est confié chaque matin à une dame qui garde les enfants. Il dit qu'il le vit bien mais en enquêtant, Léon Renard découvre que pendant trois jours où l'enfant ne s'est pas plaint du ventre, le mari de la dame était déjà parti à son travail au moment de son arrivée. « C'est un homme jovial mais imposant et qui parle fort », précise le thérapeute. « Comme dans la famille de l'enfant, tout le monde parle posément, celui-ci est impressionné. Je lui propose alors de revivre comme si cela se produisait maintenant, un instant précis où le monsieur était là. Ensuite, les yeux fermés, je lui demande : « Qu'est-ce que ça fait dans ton corps ? » L'enfant prête simplement attention à ses sensations désagréables. Celles-ci se manifestent au niveau du plexus puis évoluent et enfin s'apaisent au bout d'une ou deux minutes. En repensant à l'événement, l'enfant réalise alors qu'il ne ressent plus la peur. Ses problèmes digestifs sont réglés... Ce qu'il vient d'effectuer pendant moins de deux minutes et demi, c'est, d'après les hypothèses de Luc Nicon, le « revécu sensoriel » d'un traumatisme physique antérieur ayant entraîné une perte de connaissance, probablement pendant la période périnatale. Pour Luc Nicon, quand un traumatisme entraîne une perte de conscience, celle-ci empêche le corps d'opérer une régulation de la peur par ces tremblements, tressaillement et autres micro-mouvements que l'on observe également sur une gazelle ou un zèbre qui viennent d'échapper aux griffes d'un prédateur. En l'absence de cette régulation réflexe essentielle, l'individu garde une sensibilité particulière à certains événements qui rappellent inconsciemment le traumatisme non régulé. C'est ce qui rend chacun vulnérable émotionnellement à certaines situations du quotidien plutôt qu'à d'autres.

Pour mener son enquête à l'origine de la perturbation physique, Léon Renard a pris l'habitude de questionner ses patients pour savoir en quoi leur pathologie les dérange. C'est que derrière la réponse à cette question se cache souvent la perturbation émotionnelle à l'origine du malaise. Il résume ainsi son dialogue avec une patiente affligée par une sinusite chronique.

- « Quel est l'inconvénient de votre sinusite ? »

- « À cause d'elle je ne sens pratiquement plus rien. »

- « Quelles sont, pratiquement, les odeurs qui sont importantes pour vous et que vous n'arrivez plus à ressentir ? »

- « J'adore jardiner. J'ai beaucoup de fleurs, surtout des roses anglaises, mais j'ai bien du mal à les sentir. J'ai pourtant utilisé de nombreuses thérapies et même été opérée deux fois de polypes mais cette sinusite est tenace. »

- « Y-a-t-il une odeur désagréable, pour ne pas dire puante, qui est particulièrement tenace ? »

- « Il n'y a qu'une seule odeur que je ne supporte pas, c'est celle du mazout. »

- « Avez-vous vécu un événement avec cette odeur que vous ne supportez pas ? »

- « Avec mon mari. Il n'y peut rien, il est livreur de mazout ! Il fait pourtant très attention car il sait que je ne supporte pas cette odeur ; mais malgré tout c'est tenace. Le pauvre, il va dormir dans une autre chambre pour ne pas m'incommoder. »

- « Choisissez une situation que vous avez vécue et où cette odeur de mazout vous incommodait... »

Le revécu sensoriel commence. Comme pour le petit garçon souffrant de maux de ventre, Léon Renard accompagne la personne par des instructions simples, brèves, et qui ne laissent pas la place à l'interprétation des événements mais seulement au ressenti physique. Selon Luc Nicon, le corps, quand la pensée ne l'interrompt pas, opère naturellement un processus de régulation. Dans un temps maximum de deux minutes et demi, cette femme sera libérée de sa perturbation liées à de l'odeur de mazout, laquelle était sans cesse réactivée puis résolue chaque nuit grâce à l'absence du mari, ce qui explique la chronicité de la sinusite En effet, pour le décodage

biologique, la sinusite apparaît en phase de résolution du conflit.

Une méthode de déprogrammation des conflits

Avec TIPI, Léon Renard a bien l'impression d'avoir trouvé la méthode la plus simple et la plus efficace de déprogrammation des conflits. « Ce qui est merveilleux avec cet outil, c'est que rien qu'en traitant le conflit déclenchant – celui qui a précédé le malaise -, le conflit programmant – celui qui a créé une sensibilité particulière à ce type d'événements – est également désamorcé. Il n'est donc plus nécessaire de découvrir le premier conflit inconscient vécu par le consultant, ou même par un membre de sa généalogie. Le décodage biologique m'a donné le sens biologique général de la sinusite : un conflit en relation avec la puanteur (réelle ou virtuelle). Pour le reste, la consultante me fournit inconsciemment toutes les indications nécessaires pour trouver la situation conflictuelle. »

Et pour les pathologies plus graves ? Il y a deux choses très importantes auxquelles s'emploie Léon Renard. La première consiste à régler le conflit de diagnostic : « Réguler la peur de la maladie est essentiel à la guérison », précise le thérapeute. « Le biologiste Bruce Lipton, explique que quand on observe des cellules malades, celles-ci se comportent différemment après le diagnostic. Quand je travaillais avec le docteur Hamer, je le voyais passer un temps infini à convaincre ses patients que le cancer n'était pas plus grave qu'un rhume ! Jusqu'à ce qu'il constate qu'ils étaient rassurés. C'était lassant, mais ça marchait ! Lorsqu'il a réduit ce temps au profit de l'interprétation des scanners cérébraux, il a commencé à avoir des échecs... Avec Tipi, j'ai un outil très rapide et efficace. Une fois la peur liée au diagnostic régulée, Léon Renard s'attaque à la volonté de guérir. « Derrière elle, se cache une peur qui active le système nerveux sympathique alors que pour guérir, il faut activer le système nerveux parasympathique, chargé de la réparation tissulaire. En demandant aux personnes pourquoi elles veulent guérir, j'obtiens une réponse raisonnable du style : je veux prouver que l'on peut guérir, je ne veux pas déranger, je veux être présent à telle activité, etc. En croisant cette réponse avec ce que je sais du conflit de la personne grâce au décodage biologique de son symptôme, je tombe très souvent sur la situation émotionnelle à l'origine du symptôme. Bien sûr, pendant la phase qui suit la résolution de certains conflits il y a lieu de tenir compte des symptômes et d'y adapter les traitements nécessaires afin d'aider le corps dans sa reconstruction. »

(*) Lors d'un bio-choc (DHS, selon le Dr Hamer), la solution d'adaptation archaïque n'est pas mobilisée si la méthode de régulation est utilisée, ce qui en fait un outil majeur de prévention.

A visiter : www.selibererdespeurs.be (site de Léon Renard)

A lire :

« Le cancer apprivoisé » le livre de Léon Renard, Editions Quintessence. (disponible dans la Médiathèque Néosanté – www.neosante.eu)

« Revivre sensoriellement, Un outil pratique pour une auto-régulation, » Luc Nikon, Editions Émotion forte.