

Par Dr Charles Leroux, chiropraticien D.C.

17 août 2009

La santé et la chiropratique : une association logique, naturelle... et essentielle !

La plupart des gens associent le mot *SANTÉ* avec « se sentir bien », « n'avoir aucun symptôme » ou « ne ressentir aucune douleur ». Très souvent, une des façons communes utilisées par la population pour discuter de santé ressemble à peu près à : « Oh, tout va bien exceptée cette toux », ou « Dans l'ensemble je suis bien, seulement cette douleur dans la jambe qui me ralentit ».

En tant que société, nous devons cesser de voir des parties isolées de nous-mêmes qui sont malades ou en santé indépendamment du reste du corps et commencer à voir ce corps comme un tout, sans quoi nous ne pourrions jamais comprendre réellement ce que représente la santé.

Une des meilleures définitions de la santé nous provient de l'OMS, qui explique la santé de la façon suivante : **un état de bien-être physique mental et social optimal, et non pas seulement l'absence de symptômes et de maladie.**

Deux choses frappent immédiatement mon esprit en lisant cette définition. La première est que la santé représente quelque chose de positif, un merveilleux état de mieux-être de notre être en entier : physique, mental, émotionnel, spirituel et social.

La deuxième partie de la définition nous dit que de ressentir aucune douleur, se sentir bien ou sans symptôme ou maladie n'est pas du tout être en santé.

Santé en anglais est *Health* et provient du mot grec *Haelos*, qui signifie entier, tout ou ensemble. La santé est un état qui émerge lorsque toutes les parties du corps fonctionnent en un tout, en harmonie les unes avec les autres. C'est un état décrivant chacune des parties du corps qui remplissent leur fonction comme elles se doivent.

La santé est atteinte lorsque notre être est en coordination, intérieurement et extérieurement – lorsque toutes les parties du corps fonctionnent proprement sous le contrôle du cerveau, le maître-contrôleur du notre corps, et par le fait même, du système nerveux, son prolongement.

Les subluxations vertébrales (interférences au système nerveux) créent la dysharmonie, la désorganisation et la mauvaise coordination, les malaises et ensuite les maladies, la maladie et la dégénérescence des parties du corps affectées.

Le rôle du chiropraticien est de libérer la communication entre le cerveau et le corps au moyen d'ajustements chiropratiques précis, principalement à la colonne vertébrales, car c'est elle qui protège la moelle épinière (la boîte à fusibles du corps !). Les ajustements réduisent et contribuent à éliminer les subluxations vertébrales, ce qui résulte en une meilleure santé, moins de malaises et maladies et un meilleur état physique, mental, émotionnel, spirituel de mieux-être.

Cessons alors de voir la santé comme quelque chose que nous perdons lorsque nous devenons malades. Commençons à voir la santé comme un état possible sur lequel nous devons investir chaque jour et qui nous rend réellement VIVANT !

Ce que nous faisons aujourd'hui aura ses effets dans 10-15 ans et plus. Alors commençons dès aujourd'hui ! Il n'y a pas de meilleur investissement que celui que vous faites envers vous-même. Le vrai miracle de la vie ne se voit pas dans le recouvrement d'une

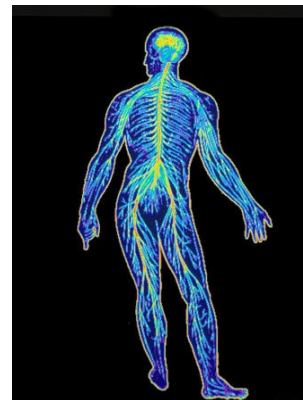
maladie mortelle mais plutôt dans la capacité à demeurer rayonnant de santé durant toute une vie. Ceci ne peut s'accomplir qu'en prenant soin de votre personne en l'honorant sur une base régulière.

« Ce qui est essentiel à la vie est invisible à l'œil de l'homme »

Cette citation provient de Leo Buscaglia, auteur de *Vivre, Aimer et Apprendre*, et aucune autre citation ne pourrait être plus appropriée en parlant du corps humain, de la vie et de la santé.

Le corps humain n'est pas seulement une machine physique contenant plusieurs parties. Pas seulement une pièce de viande ou une pile de protéines, de lipides et de glucides. Quelle est la différence entre une personne vivante, qui marche et parle et de la même personne au moment de la mort ? Leur poids est le même, leur apparence physique également (oui, une est vivante et l'autre morte...). Une de ces personnes peut guérir d'une coupure, l'autre ne peut pas. Une peut ressentir des émotions, sourire, pleurer ou rire, l'autre non. Les deux ont des cheveux, de la peau, des muscles, des os, un système nerveux, des organes internes, du sang et d'autres liquides corporels.

La différence n'est pas tangible physiquement. La seule différence est la présence d'une énergie vitale dans l'une de ces personnes et l'absence dans son cadavre. La distinction entre la vie et la mort.



Contrairement à la croyance populaire, le cerveau, la moelle épinière, le système nerveux et le code génétique ne contrôlent pas les fonctions corporelles. C'est plutôt l'énergie vitale circulant à travers le cerveau, le système nerveux qui active le code génétique. C'est cette Force Vitale qui fait que le corps fonctionne, se guérit et se répare. Sans elle, toute vie cesse. Nous pourrions prendre un morceau de viande, le couper, appliquer un antiseptique faire des points de suture et mettre un pansement... et aucune guérison ne se produira.

C'est l'énergie vitale qui guérit et répare. Et c'est par la création de nouvelles cellules que la guérison prend place. Meilleure est la vitalité, meilleure est la capacité de guérison. Ceci peut s'observer facilement par la guérison d'une égratignure chez un petit bébé versus la même chose chez un vieillard en perte de capacité. La différence fondamentale se retrouve dans le flot d'énergie vitale en circulation : restreinte chez la personne âgée et libre chez le nouveau-né.

Alors, l'énergie vitale est essentielle à la vie et la guérison. Elle est cependant invisible, tout comme la gravité, l'amour, les émotions, les pensées... tout ce dont nous ne pouvons nous passer. C'est le temps de nous ouvrir à ce qui est invisible : la source de santé fonctionnelle; nous ne pouvons voir le processus. Nous ne voyons que le résultat final.

Répétition... répétition... répétition

Un énoncé fréquent fait par plusieurs gens à l'extérieur au sujet de la chiropratique est que « lorsque vous commencez à recevoir des soins, vous devez continuer à en recevoir souvent pour longtemps ou toute la vie ». Cette phrase, lorsque prise hors contexte sans compréhension rationnelle, peut parfois empêcher plusieurs de vivre les effets bénéfiques sur leur santé obtenus par la chiropratique.

Le Docteur en Chiropratique travaille avec les interférences qui se développent à la colonne vertébrale, résultant des stress et de traumatismes de nature variée. Ces blocages sont des réponses physiologiques naturelles à une accumulation de forces invasives. Les impacts excessifs provoquent certaines des 134 articulations vertébrales à se resserrer et perdre leur mouvement naturel. Dans des situations avancées, la perte de mouvement est si sévère qu'elle cause une perte complète de mouvement (ankylose). Ceci est le résultat d'un processus progressif d'intensité variable, facilement observable chez les personnes âgées.

En réponse à un trauma, n'importe quel tissu du corps se contracte. Si vous recevez un coup à l'épaule, le jour suivant vous aurez l'épaule raide. Si vous arrivez à la maison et votre conjoint(e) vous annonce la mort de votre meilleur(e) ami(e), votre estomac deviendra noué. De la même manière, les muscles, les ligaments et les articulations de la colonne vertébrale se contractent lorsqu'elle est soumise à des stress répétitifs ou de nature excessive (physiques, biochimiques et/ou émotionnels).



Le but des ajustements chiropratiques est de corriger ces blocages en restaurant le mouvement normal des articulations de la colonne, par divers moyens (respiration, contacts légers précis ou mouvements plus physiques et rapides). Ceci représente un processus correctif, atteint en créant une demande répétée pour le mouvement et l'élasticité à des endroits spécifiques, là où les interférences sont survenues.

De la même manière qu'un haltérophile ne peut développer force, puissance et définition en s'entraînant qu'une fois par semaine, la correction vertébrale durable ne peut se faire en quelques séances éparpillées ici et là. C'est dans la régularité des étirements à tous les deux jours qu'une gymnaste ou la ballerine peut gagner véritablement la souplesse nécessaire au mouvement de pleine extension. Le corps répond à la demande que nous lui faisons,

c'est la loi de l'offre et de la demande. Dans un autre ordre d'idée, vous devez porter des broches sur votre dentition de façon constante afin d'induire le changement voulu après quelques années. Les porter pour quelques semaines ou mois provoquera bien entendu des changements, mais c'est loin d'être suffisant afin de corriger véritablement des les distorsions.

Et vous savez quoi ? Les dents et la colonne vertébrale = même chose... J'ai pu constater des changements extraordinaires chez la santé de certaines personnes grâce à la chiropratique, mais les changements durables au niveau de l'énergie, la capacité à s'adapter au stress, la récupération et le recouvrement de problèmes de santé se voient généralement chez ceux et celles qui ont inclus les ajustements chiropratiques à leurs habitudes de vie. Quelques visites peuvent aider à soulager, mais loin d'être suffisant pour renverser la mémoire des muscles, des ligaments et du système.

Et c'est là que repose la logique derrière la fréquence des soins en commençant. La durée de cette fréquence plus rapprochée est directement dépendante de la condition initiale de chaque individu, l'état de la colonne vertébrale, l'âge, l'état physique général et l'historique de traumatismes présents et passés.

Alors que la colonne vertébrale est la partie du corps la plus sollicitée et la plus importante en terme de support et de protection, il est logique d'en prendre soin régulièrement par un spécialiste formé adéquatement, un chiropraticien.

Le touché est une forme de langage extrêmement puissant. Tout ce que je souhaite est de vous assister être mieux et rester au sommet. J'ai besoin pour ce faire d'au moins la même confiance que les gens ont envers la médecine et les médicaments... Donnez-vous autant de chance avec la chiropratique et autant de temps. Merci de prendre soin de vous.

Alors, investissez dans votre santé et votre mieux-être, entre autre par le biais d'ajustements chiropratiques réguliers. La différence en terme de vitalité, récupération, capacité d'adaptation face aux stress, capacité de guérison et niveau d'énergie est incomparable entre les familles qui reçoivent des soins chiropratiques et la population en générale : c'est le jour et la nuit! Leur qualité de vie est supérieure dans l'ensemble, le besoin d'interventions médicales est réduit au minimum si ce n'est pas à zéro et les changements se voient à tous les niveaux! Merci de joindre cette révolution mieux-être!

Au Printemps de la Vie est un centre chiropratique ayant une approche de santé globale basée sur les 5 piliers de la santé :

S= système nerveux libre d'interférences

A= attitude mentale positive

N= nutrition et supplémentation de qualité

T= temps de repos approprié

E=exercice physique régulier

Notre mission est de servir avec passion, amour, intégrité, respect et compassion les personnes de tous âges et leur famille afin de les aider à s'exprimer et à cheminer vers une qualité de vie et une santé optimales, à la hauteur de leur plein potentiel.

Pour plus d'informations sur notre approche et nos services et les prochaines conférences : www.auprintempsdelavie.com

Vous avez aimé cette chronique ? Merci de partager à votre entourage !