



Laëtitia Valadeau

Praticienne stagiaire niveau 4

Passage de niveau 5
Les 20 et 21 mai 2024

Mémoire de fin de formation initiale

Directrice des études et de la formation
Mme Fairouz Rouzaud

Institut du Dr Delatte



J'ai découvert par hasard la Psycho-Bio-Acupressure au détour d'une conversation en soirée. Maman de trois jeunes enfants j'assistais régulièrement et de manière impuissante à l'explosion d'un trop plein de colère, de crispation et de frustration de mon cadet.

Je lisais la souffrance et l'appel à l'aide dans le regard de mon fils alors victime de ces expressions démesurées.

Qu'elles qu'étaient les origines de ce désespoir il m'était inconcevable que ce si jeune être, dans la fleur de l'âge, subisse tant de blocages à son épanouissement personnel.

En parallèle à une recherche personnelle initiée avec mon compagnon mais qui s'avère à la fois longue, fastidieuse, coûteuse tant en temps, qu'en énergie en plus d'être onéreuse, j'ai souhaité tenter ma chance avec cette nouvelle discipline dont on disait qu'elle faisait des miracles.

J'ai été conquise dès la première séance. Sujette à l'hyperémotivité, la praticienne a dû interrompre un très bref instant la séance de mon fils puisqu'au détour de la verbalisation je ne parvenais pas à retenir mes larmes. Elle a alors appliqué un point d'acupressure sur ma main gauche et mes larmes ont disparu en quatre secondes.

Quant à mon fils, il en est ressorti soulagé et détendu. Non seulement il n'a plus été contraint durant six mois par ses explosions de colère mais en plus j'ai tout de suite perçu des changements de comportement chez chacun des membres de la famille. L'amour, la bienveillance et la sérénité reprenaient le dessus dans nos interactions et à l'intérieur de chacun de nous.

Nous avons alors tous bénéficié d'une séance qui a porté ses fruits à chaque fois.

Quelques mois auparavant, mon fils et moi-même avons bénéficié de séances de kinésiologie sur les conseils d'une médecin généraliste. La méthode était intéressante dans le sens où elle utilisait le corps, en l'occurrence le tonus musculaire, pour exprimer ce qui pouvait déranger notre psychisme. J'ai été très étonnée de la précision temporelle des informations trouvées. Malgré cela, si l'on avait ressenti un mieux-être relatif et éphémère et pu comprendre certaines réactions en lien avec des événements passés, les effets de la séance ne se sont pas prolongés dans le temps.

J'avais encore moins compris le fonctionnement des séances de PBA auxquelles nous assistions mais une chose était sûre : les effets dépassaient largement ceux des autres méthodes de bien-être suivies, durant des années parfois, dans ma famille ou dans mon travail.

Au sortir d'une enfance teintée de violences physiques, psychiques, matérielles et sociales et de solitude, j'ai rapidement cherché à comprendre tout ce qui pouvait expliquer la résilience dont j'avais pu bénéficier. Les études lues à ce sujet ne m'apportant pas de réponse.

De mon ressenti, l'école et ses professeurs avaient joué un grand rôle dans mon émancipation.

J'ai donc naturellement tenté de trouver des réponses dans les Sciences humaines et sociales en suivant un parcours universitaire formateur m'amenant jusqu'en Inde pour étudier la scolarisation des enfants des rues.

Puis, devenue enseignante avec le souci de contribuer au développement de l'individu dans sa globalité, j'ai rapidement été confrontée à la nécessité de sensibiliser les élèves au rôle joué par nos émotions, qui nous connectent tous.

En tant que formatrice ensuite, la mise en confiance que je pouvais apporter à mes stagiaires augmentait significativement leur performance, les conduisant à de belles réussites.

En parallèle à ces pratiques de terrain, j'ai constaté ces dernières années, notamment par mon métier qui me plaçait au cœur de la société et de l'individu, un mal-être s'installant progressivement à l'échelle individuelle, mais aussi familiale, professionnelle et sociétale.

Soucieuse d'un vivre ensemble apaisé, mon parcours professionnel et personnel m'a amenée à observer l'influence de nos perceptions sur notre état émotionnel et nos interactions.

Ma curiosité dans la recherche de clés de compréhension des dysfonctionnements relationnels et mon appétence naturelle pour les méthodes douces et pour le moins efficiente m'ont conduite à considérer la Psycho-Bio-Acupressure comme une voie possible à l'évolution positive de notre humain.

Je me suis donc inscrite au prérequis du 12 juin 2021 dans l'intention d'en apprendre plus sans me douter que je m'aventurais dans un devenir de praticienne.

J'ai alors découvert ces trois dernières années une formation exigeante puisqu'il ne suffit pas de pratiquer des séances de Psycho-Bio-Acupressure sur les consultants.

La finalité de ce mémoire à l'aube de mon passage de niveau 5 qui me donnera le titre de « praticienne agréée » est de mettre en exergue les difficultés que j'ai pu ou peux encore rencontrer ainsi que les bienfaits apportés par cette méthode.

J'exposerai en première partie comment cette formation de praticienne en PBA a nécessité chez moi un ajustement de mes capacités cérébrales. Dans ce sens, cette expérience de formation initiale m'a aidée à me transcender, à déployer mes compétences jusqu'à présent méconnues.

En deuxième partie je présenterai plusieurs situations qui m'ont appris à lâcher prise et à accorder ma confiance à moi, au consultant, à la méthode, à la vie.

La première difficulté rencontrée au cours de ma métamorphose cérébrale dans le devenir de praticienne pourrait provenir de mes premiers conditionnements et des recherches personnelles menées jusqu'à présent sans forcément avoir abouti au mieux être recherché. La prise de conscience de mon êtreté semble être une illustration suffisamment révélatrice pour pouvoir être retranscrite ici.

A la suite de plusieurs années de psychanalyse, la thérapeute m'informe que je « *manque de conscience de moi* ». AH !

Toutes ces années de monologues hebdomadaires pour entendre le son de sa voix à travers ces cinq mots distribués tel un pronostique engagé « *vous manquez de conscience de vous* » ET ?

S'ensuivit une prise de conscience. Effectivement je me sacrifiais au service des autres, de mon amoureux, de mes enfants, de la société ... je devais aussi penser à moi. Enceinte de mon troisième enfant, je vivais à ce moment un burn out professionnel. Cette séance m'a aidée à comprendre que je devais poser des limites. Elle m'a aidée à les légitimer, puisqu'avant ce jour seul le mot « effort » surgissait de mon origine familiale. Je m'étais en effet fortement imprégnée de l'histoire de mes aïeux. Mon grand-père boucher aux Halles de Paris devant nourrir coûte que coûte sa famille nombreuse et ma mère vaillante qui a élevé seule ses quatre enfants tout en étant caissière dans un supermarché, m'avaient insufflé cette nécessité de l'effort. Gloire à eux. ET PUIS ? ...

Rien de plus de cette psychanalyse que je finis par arrêter par perte d'espoir en cette discipline pourtant reconnue. Ce diagnostic si large avait manqué de précisions, d'indications. J'ai donc effectué des recherches pour répondre aux questions auxquelles la psychanalyste ne réagissait pas.

Les cours de philosophie en terminale précisent que « *la conscience de soi révèle à l'être humain sa propre existence, c'est l'enseignement du cogito de René Descartes. Emmanuel Kant affirme que la conscience de soi se construit à partir de différentes représentations unies par la conscience* ». Il est vrai que cette séance de psychanalyse m'a permis de rencontrer une partie de moi jusqu'alors ignorée.

Cependant, les leçons du lycée précisent également que « *la conscience de soi est similaire à la connaissance de soi en ce qu'elle comporte une dimension interne et externe de la personne. La conscience de soi interne est l'attention que l'on porte à ses pensées et ses sentiments. Elle se manifeste souvent avec une tentative de comprendre et d'analyser ces pensées* ». Me concernant nous n'étions clairement pas sur cet aspect de la notion étant donné que l'introspection m'a toujours accompagnée depuis le plus jeune âge dont je puisse me

souvenir et que je daterais autour de ma deuxième année. Erreur de diagnostic ou simple manque de justesse ?

Et encore, Lewis M. de préciser : “*Dans la gamme d’émotions liées à la conscience de soi, on compte l’embarras, la jalousie et l’empathie ainsi que la honte, la culpabilité, l’orgueil et la fierté*”¹.

Force est de constater que cette notion de conscience de soi qui m’avait été si coûteuse de dénicher tel un canidé affamé déterrante son os, ne pouvait me correspondre totalement puisque l’embarras, l’empathie, la honte, la culpabilité avaient si longtemps et si fortement pris le dessus dans mon quotidien. Nous avons d’ailleurs au cours d’une des séances précédentes évoqué la honte sans que cette trouvaille ne m’apporte non plus aucune altération.

Ainsi, le mental s’épuise à chercher pour comprendre. La nature n’aimant pas le vide le cerveau humain cherche à le remplir pour donner une signification au mal-être ressenti. Manifestement les réponses qu’il apporte et par conséquent leurs effets ne sont pas au rendez-vous.

Pour ma part, les effets produits par les séances en Psycho-Bio-Acupressure ont dépassés tout ce que le mental humain pouvait espérer. Mon expérience personnelle me fait donc valider à cent pour cent, voire au-delà, l’assertion de la directrice de l’institut Delatte selon laquelle « *En quatre séances de PBA, on peut obtenir des résultats identiques à sept années de psychanalyse !* »²

Je ne peux pas connaître tous les blocages émotionnels que les trois praticiennes consultées ont trouvé et aidé à faire évacuer de mon système limbique puisque certains blocages ne sont pas dicibles. Je m’exprimerai donc uniquement sur les effets des séances vécues et sur ce que j’ai appris au cours de ma formation et qui a très fortement raisonné en moi vis-à-vis de la prise de conscience de mon être en particulier.

Il me semble aujourd’hui pouvoir envisager que l’absence de confiance en moi auparavant ressentie ait pu induire mon engagement citoyen dans la fonction publique. Cet investissement m’apportait effectivement alors le cadre temporel et hiérarchique nécessaire à ma réalisation.

¹ Lewis M. Les émotions liées à la conscience de soi. Dans: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Lewis M, éd. thème. *Encyclopédie de l’enfant* [en ligne]. <https://www.enfant-encyclopedie.com/emotions/selon-experts/les-emotions-liees-la-conscience-de-soi>. Actualisé : Septembre 2022. Consulté le 24 avril 2024.

² La PBA, une thérapie alternative quantique dans *Alternative santé* 23/12/2016.

Je pense que l'évacuation de certains blocages m'a aidée à prendre conscience de mon potentiel et à oser être moi à travers un investissement au travail toujours aussi notable mais désormais sans sacrifices. La réalisation de mon être s'est aujourd'hui substituée de manière très pragmatique au déni de moi et à l'abnégation dont je souffrais.

Ainsi, cette conscience de moi m'a permis de prendre en compte mes capacités propres développées au fil d'expériences passées douloureuses. Aujourd'hui je suis libre, fière et pleinement épanouie à me déployer en tant que praticienne en Psycho-Bio-Acupressure mais aussi dans mon rôle de responsable d'antenne, la coordination ayant toujours été une source de satisfaction pour moi. En outre, j'éprouve énormément de plaisir à rédiger des lettres de présentation argumentées pour la commission sociale de l'institut.

Cette prise de confiance en moi m'a permis de descendre le curseur du sentiment d'insécurité profonde dans mon être. Ce nouveau ressenti m'aide à me réaliser psychologiquement, à prendre conscience de mon alignement, à renforcer mon harmonie entre mon cœur, mon corps et mon esprit. Souffrant d'hypotension orthostatique neurogène sévère j'adapte désormais prioritairement mes actions professionnelles et personnelles à mon rythme physiologique. Je vis beaucoup mieux les conflits qui ne perturbent plus mon équilibre intérieur. Je me sens davantage ancrée dans ma réalité.

Dans ce sens, je me sens beaucoup plus dans la bionomie.

Joel de Rosnay explique³ : à la base il y a transmission des « caractères acquis » de génération en génération : l'intelligence des parents, la capacité à être sportif, etc... A cet héritage s'ajoutent les gènes sociétaux qui se traduisent par le comportement collectif. Et le scientifique français de préciser : *“charge à nous de prendre en main notre avenir en connaissance de nos héritages passés et présents et de changer les choses pour une meilleure qualité de vie. Cette prise en charge de soi qui permet de conquérir sa propre existence s'appelle la « Bionomie ».*

Ces prises de conscience effectives dans notre quotidien, que la Psycho-Bio-Acupressure peut enclencher, ont des effets directs sur le soin apporté à notre corps, par le sport et la nutrition. Les effets des séances de PBA sont également un impact direct sur le soin apporté à notre psychisme, en passant notamment par la stimulation de son cerveau. Enfin, la méthode agit directement sur la culture des liens sociaux apaisés. Il n'y a qu'à constater les effets d'une séance vécue par un membre d'une famille sur ses proches. Ces effets facilement observables font de cette méthode une méthode bionomique.

³ La bionomie, la conquête de sa propre existence. adminafs27 janvier 2021 art For Science a assisté ce jour à la conférence sur l'épigénétique donnée par Joel de Rosnay et l'équipe OnePoint : <https://www.artforscience.eu/la-bionomie-la-conquete-de-sa-propre-existence/>

Comment fonctionne la PBA pour être aussi efficace ?

Simplement. C'est ce qui en fait une méthode très accessible par le plus grand nombre.

Lorsque l'on vit une situation éprouvante, les émotions, ces sensations corporelles, envoient l'information à notre cerveau. Puis notre cerveau émotionnel renvoie dans notre corps les informations. C'est donc par la lecture du pouls que le praticien détectera de manière très précise les informations enkystées du consultant. C'est ce qui en fait une méthode à la fois pragmatique et pointue. En PBA c'est le cerveau émotionnel du consultant qui s'exprime via son corps. L'interrogation du corps du consultant explique que la méthode fonctionne si justement dans la finesse des listes de blocages travaillées en amont par le praticien.

De fait, la PBA est une méthode qui permet d'agir avec minutie au niveau de la libération des mémoires émotionnelles. Cent personnes viendront pour une même problématique et les cent séances seront totalement différentes. La blessure d'abandon par exemple, partagée par 90% des consultants, renvoie à des *enschènements* de blocages émotionnels que la PBA permet de dénouer en détail, totalement différentes chez chacun d'entre eux.

Ce procédé permet de compléter, voire de dépasser dans certains aspects, les limites rencontrées par les méthodes thérapeutiques utilisant la parole du consultant comme média d'exploration de son psychisme. Ces domaines de soin consistent en l'élucidation de certains actes, pensées ou symptômes à partir du postulat de l'existence du déterminisme psychique : une idée qui se présente à l'esprit ou un acte ne sont pas arbitraires, ils ont un sens, une cause que l'exploration de l'inconscient permet de mettre au jour.

Depuis leur origine ces techniques font l'objet de critiques et de discussions à la fois internes et extérieures, qui remettent en question leur scientificité, la pertinence de leur description du psychisme et leur efficacité thérapeutique.

Passer d'une posture de scientifique, à laquelle mon parcours universitaire m'avait formée, à une posture de praticienne en Psycho-Bio-Acupressure, exigeait avant toute chose de mettre de côté le *mental*, auquel je m'étais toujours raccroché jusqu'à présent, pour apprivoiser mon *ressenti*.

Cette première embûche et la pression que je lui assignais expliquent le torrent de larmes que je ne pus retenir au moment de l'apprentissage de ce fameux ressenti. J'appréhendais que ce conflit de paradigmes, l'un formel dans le cadre d'une analyse causale et l'autre empirique reposant uniquement sur mon étreté, ne fasse obstacle à l'introduction de nouvelles solutions mieux adaptées. Cet apprentissage devait passer chez moi par une ouverture des vannes corporelles. Arriverais-je à lui faire confiance ? Et le cas échéant c'était un nouveau monde qui s'ouvrait à moi. Vertigineux.

Mon esprit universitaire organisé autour d'une méthodologie scientifiquement rodée recherchant des preuves quantifiables et qualitatives et basée sur la démarche expérimentale, devait désormais faire la part belle à l'expérience corporelle et intuitive si longtemps ignorée.

Pour autant les bienfaits que la PBA apporte au consultant sont tellement partagés et durables que je ne peux m'empêcher de penser que cette méthode doit trouver sa légitimité scientifique pour bénéficier au plus grand nombre.

En même temps que l'apprentissage de mon ressenti, un enchevêtrement de situations m'a aidée à dépasser une de mes plus grandes difficultés.

La recherche de mon positionnement professionnel vis-à-vis de la relation aux consultants a en effet nécessité l'assimilation du lâcher-prise et de la confiance. Deux qualités difficiles à apprivoiser lorsque l'on souffre de perfectionnisme intensifiant une peur de l'échec. Cette difficulté du début m'a coûté plusieurs circuits 1 permettant d'évacuer l'excès de pression les premiers mois qui ont suivi l'ouverture du cabinet.

La relation entre praticien et consultant se doit d'être d'une neutralité absolue, afin qu'il n'y ait pas d'interférence, d'envahissement par une subjectivité en lieu et place de l'objectivité.

Or, dotée d'une dimension émotionnelle développée, très attentionnée, bienveillante et empathique j'ai durant le niveau 3, malgré moi, été davantage axée sur les résultats que sur le lâcher-prise pourtant indispensable en PBA.

Ainsi, une femme désireuse de tomber enceinte est venue me consulter à trois reprises. Etant pleinement épanouie dans mon rôle de mère il m'a fallu beaucoup de retenue pour ne pas compatir avec les difficultés qu'elle connaissait. Malgré cette pression que je me mettais, je ne suis pas parvenue à maintenir cette réserve attendue puisque par deux fois mes yeux se sont posés en premier lieu sur son ventre à la vision de sa silhouette. Une fois en arrivant au rendez-vous et une fois en la saluant dans la rue.

Bien que peu de blocages aient été évacués du fait de mes premiers pas dans la méthode, je préparais alors mon niveau 3, les trois séances ont toutes libéré et apporté un mieux-être à la consultante. Je me souviens avoir travaillé sur la blessure d'agression sexuelle et la blessure d'indifférence lors de la première séance. La consultante m'annoncera qu'elle avait beaucoup pleuré à l'issue de cette première séance mais n'avait pas remarqué d'autres effets particuliers. En même temps, la délicate lecture du pouls ne m'avait permis d'aider son cerveau à évacuer seulement deux blocages émotionnels. Il aurait été prétentieux d'espérer d'autres résultats à ce stade de ma formation. Et pourtant mon attention était focalisée sur le résultat.

Un rendez-vous important étant programmé au moment de la deuxième séance nous avons directement travaillé sur le chapitre 3 autour de la peur de l'immobilisme, de se détacher du cocon, de sortir de l'adolescence, de s'enraciner, de s'investir. Des blocages liés à la santé ont également été évacués comme l'angoisse des maladies nosocomiales, la crainte d'étouffer et la peur de grossir.

Puis, je suis allée chercher les blocages concernant la difficulté de lâcher-prise pour trouver la peur de se laisser guider par les synchronicités, les hasards de l'existence, l'impossibilité

de faire confiance à l'univers, le refus de croire que les hasards de la vie peuvent avoir un sens, la défense de lâcher le contrôle et l'impossibilité de faire confiance à l'univers. La lecture de ces blocages qui résonnent si fortement en moi renforce la validation du sentiment que l'on attire les consultants qui nous aident à nous réparer et réciproquement.

Cette deuxième séance s'est terminée sur la paralysie de la fonction d'extériorisation de soi-même, l'interdiction d'être entendue, d'exprimer sa fragilité et enfin l'incapacité d'exprimer ses émotions.

La dernière séance a permis de revisiter l'ensemble des douze chapitres que je disposais à l'époque. Tous les blocages évacués au cours de cette séance ont été rattachés à la problématique de la procréation, à savoir : la culpabilité de s'occuper de soi, la crainte de se laisser aller, l'angoisse de ses pulsions sexuelles, l'interdiction de vivre sa sexualité et enfin la panique d'être déformée et de ne plus satisfaire son conjoint. Tous ces blocages évacués ont fortement résonné chez la consultante.

Cette jeune femme qui venait consulter pour une demande si concrète m'a servi de première épreuve m'apprenant à me détacher du résultat de la séance.

D'autres exemples viennent renforcer la confiance que l'on peut accorder à cette fabuleuse méthode.

On nous explique en formation qu'il n'est pas nécessaire de revenir sur les séances précédentes avec un consultant. A la relecture des différentes fiches de séances on se rend effectivement compte qu'elles sont toutes très différentes et dans le même temps qu'elles racontent toutes un aspect de la problématique qui a amené le consultant. Voici un exemple avec un consultant appelé Romain :

DEMANDE : Le consultant se présente taciturne. Il m'informe juste souffrir d'un trop plein de colère.					
Titre donné à postériori à la séance :	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
	Syndrôme abandonnique	Conflit avec la mère de son enfant : la communication	L'affirmation de soi	Les rythmes accordés	Burn out professionnel
Grandes lignes des blocages émotionnels évacués. Si ces grandes lignes peuvent se retrouver dans plusieurs séances, les blocages évacués, eux, ont été différents d'une séance à l'autre.	Le deuil L'affect La sexualité Le syndrome abandonnique	La communication avec soi même et avec les autres Les systèmes de défense L'affect L'insécurité Le deuil	L'affirmation de soi La période pré et post-natale L'insécurité Les cordons relationnels L'action Le lâcher-prise	La blessure d'agression sexuelle L'affect Le syndrome abandonnique Le deuil Les élémentaux La sexualité	Le burn out professionnel L'aptitude au bonheur L'hypersensibilité

L'histoire s'écrit d'elle-même en PBA ! Ce fonctionnement change radicalement de mon rythme de travail effréné dans l'enseignement quand il s'agissait de passer 30 h par semaine dans les préparations et autant dans les corrections et mises en place de projets.

Le degré de confiance que l'on peut accorder à la PBA a également été mesuré dans les moments où j'ai parfois contacté les consœurs à l'issue de séances pour savoir ce qu'elles auraient travaillé comme chapitre en fonction des demandes dans les cas où je pensais ne pas y avoir répondu. A chaque fois, leur réponse correspondait à ce qui avait été réalisé, sans même me douter que les blocages trouvés en cours de séance répondaient le plus justement possible à la demande du consultant.

Dans le même ordre d'idées relatives au lâcher-prise nécessaire aux bienfaits d'une séance de PBA et qui m'a le plus posé de difficultés les premiers temps, je me souviens de ces consultants du début qui prenaient rendez-vous en projetant des résultats équivalents à ceux de leur ami. Le revers de la médaille de tant d'efficacité de la méthode a été de me rajouter de la pression pour « assurer » les attendus haut placés de ces consultants. A cet écueil s'ajoutait le fait que ces consultants s'imposaient la déception puisque bien évidemment les blocages ne peuvent s'enchaîner de la même manière d'une personne à une autre. Comme on peut s'y attendre les séances vécues par procuration de la part de ces consultants ont semble-t-il provoqué des effets moins marquants.

La blessure narcissique du thérapeute vient également nourrir cette difficulté à se détacher du résultat quand on pense par exemple à la somme de blocages émotionnels qu'un consultant peut avoir et le fait qu'il ne revienne plus en rendez-vous. Alors qu'en réalité comme le souligne une consœur que j'estime beaucoup parce qu'elle a justement ce recul qui me manque encore et qui publie ce proverbe africain au moment même où j'écris ces lignes : « *Si le rythme du tambour change, les pas de danse doivent s'adapter. Autrement dit : ne pas essayer de tout contrôler mais s'ajuster à ce que la vie nous envoie sur notre chemin* ». Dans la liste de blocages spécifiques des thérapeutes cette assertion pourrait se traduire par le blocage émotionnel « *difficulté à respecter le rythme du consultant* ».

« Il est impossible d'être à soi-même sa propre lumière si l'on est pris dans les ténèbres (...) des conclusions »

Journal - Jiddu Krishnamurti

“Quelle aubaine pour nos enfants et les générations futures !” m'étais-je dit à la sortie de la première séance de PBA de mon fils cadet.

Au sujet de la séance en elle-même. Cette dernière avait en effet permis de déployer les blocages émotionnels qui l'agitaient alors comme aucune autre méthode n'avait réussi à le faire. Mais ma grande surprise a aussi été suscitée par les effets que sa séance avait eu sur l'ensemble de la famille le soir même.

J'avais lutté durant si longtemps contre de vieux démons innommables que ce fut un soulagement sans équivoque lorsque les trois praticiennes rencontrées les ont verbalisé sans aucune catharsis. Cette douceur de la méthode donne l'élan utile au consultant pour prendre le recul nécessaire et rebondir. C'est certainement parce qu'elle permet d'aller mieux sans se faire mal que bon nombre d'enfants la préfèrent à d'autres.

“Blocages” ce mot n'a jamais été aussi bien utilisé. La PBA efface littéralement ce qui nous empêche d'avancer, d'aller vers la meilleure version de nous-même en limitant au maximum nos parties obscures.

Les blocages émotionnels jouent le rôle de lunettes de vue dans notre perception de la réalité. Ils ont la capacité d'influencer nos décisions et même de créer une dissonance cognitive lorsque nous sommes confrontés à des informations contradictoires.

La verbalisation de ces blocages par le praticien permet de reneutraliser les événements du passé. De modifier radicalement nos ressentis et par conséquent nos projections.

L'efficacité de cette libération de blocages émotionnels se constate dans les actes et les comportements des individus. J'ai en tête ce jeune père de famille venu consulter pour un burn out parental et croisé dans la rue plusieurs semaines après sa séance en train de jouer avec son enfant. Quel merveilleux moment auquel j'assistais !

Cette méthode est certainement la plus impactante au sein des familles où se créent tant de crispations. En libérant les blocages liés au couple, aux relations parents-enfants, la PBA apporte dans les foyers le lâcher prise essentiel à la reconnexion à soi et à l'autre. Les incompréhensions faisant place à la sérénité intérieure favorable à une communication toute en harmonie.

Pour autant la réussite de cette méthode repose à la fois sur un protocole strict mais aussi sur des règles d'hygiène de vie rigoureuses.

La première des conditions pour devenir praticienne en PBA a été ce travail intérieur axé sur l'acquisition des règles d'or du Dr P.N Delatte puis des règles de rhodium de F. Rouzaud. En effet, il fallait avant tout apporter aux consultants qui souffrent d'incongruence, la congruence qu'ils venaient rechercher.

Dans ce sens l'apprentissage de cette méthode est très empirique. Tel un bébé qui apprend à marcher en déployant le processus des premiers hommes, le stagiaire en PBA doit devenir praticien en déployant le processus de son fondateur.

Un praticien PBA ne fait pas de la PBA. Il vit, respire, transpire PBA, sans quoi la connexion au consultant ne peut se faire. Je me souviens un jour être arrivée à un endroit où je devais prodiguer des rééquilibrages énergétiques sans avoir eu le temps de me rééquilibrer en amont ou alors très vite et mal fait. L'expérience m'a vite confrontée au respect essentiel de la méthode. Les circuits appliqués au consultant ne passant effectivement pas.

Mon expérience de stagiaire m'a également appris à me protéger pour ne pas me laisser accabler par certains consultants ayant eu des parcours de vie chaotiques ou frôlant la mort. Cette protection est indispensable pour accorder la confiance à la guérison du consultant. Et quelle joie par la suite de les retrouver de séances en séances avec une perte de poids, une maison enfin en construction, à nouveau en couple, en reconversion professionnelle, apaisé. Respect à leur âme !

Je me suis souvent demandé ce qui allait devoir me tomber dessus pour m'enseigner le lâcher-prise qui me manquait tant. Cette belle formation initiale m'a appris à prendre le présent comme il vient en partant du postulat que tout est parfait sinon ça ne se passerait pas ainsi.

Alors, pour ces dernières lignes je tiens à exprimer ma gratitude. Pour les consultants en premier lieu qui ne viennent pas à nous par hasard. Leurs séances me permettent dans le même temps d'évacuer des blocages émotionnels qui me freinent comme en témoigne cette légèreté et ce mieux-être que je véhicule après une séance.

Gratitude également pour mon fils cadet qui m'a fait rencontrer la PBA par ses crises de colère surdimensionnées. Lui, habituellement dans le sacrifice et le refoulement, se délecte tant à me le souligner : *« tu peux me dire merci maman, parce que c'est grâce à moi que tu as connu la PBA »*.

Gratitude à l'évacuation du blocage émotionnel qui m'amenait à confondre l'abandon par submersion et l'abandon par paresse. Evacuation qui m'a permis de mettre du sens à mes nombreuses épreuves traversées. Ces épreuves n'étant finalement plus que perçues comme des occasions à aller mieux. Mon diamant taillé dans le charbon n'en sera que plus éclatant.

En somme, l'aboutissement de cette formation initiale ouvre la voie à une route longue et sinueuse avec ces imprévus, ces embûches, qui me seront nécessaires pour continuer à me dépasser.