

Les clés de la déprime, du stress et de l'épuisement

Jean-Pierre Norquet
<http://jpn.alternatifs.eu>
0498/628.150

1. D'où vient-on ? (source intérieure du stress)

- Division cellulaire
- Lignée génétique
- Mémoire cellulaire (transmise)
- Champs morphogénétique préexistant à la matière
- Mission essentielle, dès la conception
- Subluxation de l'atlas (1ère vertèbre cervicale, cf. conférence sur le mal de dos) (hypothèses : transmise à la conception vs transmise à la naissance)
- Obsession du vieillissement (du temps qui passe) : crainte de faillir à sa mission essentielle
- Peur de la mort = peur de la douleur + crainte d'avoir failli à sa mission essentielle
- Sens de la vie : recherche de la conscience de son chemin de vie
- Stress = écartement de sa mission essentielle (signe positif)

2. Où en est-on ? (source extérieure du stress)

- Mondialisation financière : création monétaire globale avec usure bancaire
- Pas assez d'argent en circulation pour rembourser la dette --> jeu de chaises musicales désigne les « exclus du système »
- Compétition entre les personnes --> regroupement en structures
- Les structures deviennent des outils de contrôle autonomes : névrose des structures
- Principe de Peter : état stable du système = tout le monde à son niveau d'incompétence
- Hiérarchie de domination et harcèlement : les plus sensibles trinquent
- Augmentation générale de la pression sociale (« crise »)
- Exigence de rentabilité exponentielle pour rembourser l'argent fictif
- Ubiquité du stress et épuisement général

3. Que faire ?

- Société :
 - Décroissance choisie : moins de dépendance à l'argent par baisse de la « consommation »
 - Systèmes d'échange locaux (SELS) : échange de services sur base du temps passé
 - Monnaies alternatives locales vs 1 super monnaie unique (= « diviser pour régner »)
 - Allocation universelle de base : revenu périodique individuel inconditionnel
- Environnement :
 - Augmenter le prix des matières premières
 - Trouver des alternatives durables aux matières premières
 - Remettre les gens dans les champs pour l'agriculture biologique
- Individuel :
 - Correction de l'atlas : énergie, mal de dos, axe de vie
 - Touch for Health : énergie, équilibre, détente
 - One Brain : émotions, pensée consciente, motivation
 - Gestion des modes mentaux : sérénité, complexité, intuition

Changement : choc, antagonisme, colère, ressentiment, prise de conscience, saut qualitatif → c'est ici que nous avons un rôle à jouer

Références

- Pierre Catelin, Axelle de Brandt, *Bienvenue sur Terre: Petit manuel pour être la révolution*, Imagine Publications, 2008.
- Daniel Cauchy, *La décroissance choisie: un projet de société*, Nouvelles Alternatives, 2009.
- Patrick Defauw, Jean-Pierre Norguet, *L'approche corporelle dans l'évolution personnelle*, L'Espace en Nous, 2004.
- Roland Duchâtelet, *Programme exhaustif*, Parti Vivant, 2003.
- Louis Even, *L'île des naufragés*, Vers demain, 1940.
- Jacques Fradin, *L'intelligence du stress*, Ed. Eyrolles, 2008.
- Paul Grignon, *L'argent dette*, DVD.
- Jean-Marc Jancovici, Alain Grandjean, *Le plein s'il vous plaît ! : La solution au problème de l'énergie*, Ed. Points, 2007.
- Jean-Paul Jaud, *Nos enfants nous accuseront*, film, 2008.
- Peter Joseph, *Zeitgeist the Movie : L'esprit du temps*, film, 2007.
- Lyndon Larouche, *Alors, vous voulez tout savoir sur l'économie?*, Ed. Alcuin, 1998.
- Serge Latouche, *Le pari de la décroissance*, Ed. Fayard, 2006.
- Laurence J. Peter, Raymond Hull, *Le principe de Peter*, Livre de Poche, 1970.
- Marshall Rosenberg, *Les mots sont des fenêtres ou des murs: Introduction à la Communication Non*
- René-Claudius Schümperli, *La libération*, Ed. À la Carte, 2000.
- Rupert Sheldrake, *Une nouvelle science de la vie*, Ed. Du Rocher, 2002.
- Gordon Stokes, Daniel Whiteside, *One Brain : Tools of the Trade*, Three in One Concepts.
- Gordon Stokes, Daniel Whiteside, *Childhood, Sexuality and Aging*, Three in One Concepts.
- Violente*, Ed. Jouvence, 1986.
- John Thie, *Touch for Health : A Practical Guide to Natural Health using Acupressure Touch and Massage*, DeVorss Publications, 1972.