



L'ÉTIOPSYCHOLOGIE®

Qu'est-ce que l'ÉTIOPSYCHOLOGIE® ?

L'**étiopsychologie**® est une nouvelle approche d'analyse et de traitement totalement différente de celles utilisées jusqu'à présent pour le traitement de nos troubles psychiques. Elle permet de découvrir dans nos entrailles les causes originelles de nos dysfonctionnements psychiques ainsi que les dysharmonies de nos systèmes vitaux qui en découlent.

L'**étiopsychologie**® consiste à aborder, traiter de manière précise et durable les troubles (maladies ou dépressions) liés à un traumatisme vécu, conscient ou inconscient, inscrit dans les 100 millions de neurones de notre système digestif.

Son but est d'éviter que les compressions organiques perdurent, en redonnant l'espace, la forme et le mouvement originels à chaque organe et viscère en restriction, permettant de retrouver rapidement un état plus serein.

Le ventre, siège de nos émotions cachées

Mis au rang de tripes, le ventre se révèle être notre second cerveau :

- des neurones par millions
- une aptitude à assurer l'essentiel de nos défenses immunitaires
- producteur d'un grand nombre de neuromessagers

Oui, notre ventre est intelligent, il est capable d'agir sur nos émotions et notre santé sans en référer à notre cortex.

Il est aussi malheureusement à 80% instigateur de nos schémas répétitifs destructeurs.

De ces découvertes, une nouvelle science est née : la *neuro-gastro-entérologie*. Deux branches majeures la composent, une médicale, l'autre psychologique.

L'**étiopsychologie**® est la première application psychologique de la neuro-gastro-entérologie.



Les objectifs de l'ÉTIOPSYCHOLOGIE®

- Approche de la guérison, physique et mentale
- Accepter d'être responsable de sa vie et de ses actes
- Se sentir bien dans sa peau
- Prendre confiance en soi
- Aborder les problèmes de la vie avec plus de recul
- Entretenir de meilleures relations avec les autres
- etc...

Les points forts de l'ÉTIOPSYCHOLOGIE®

- Durabilité des résultats
- Rapidité des résultats
- Apprentissage d'un outil utilisable seul
- Travail ludique
- Pas de jugement
- Pas de « ressassage » émotionnel
- Facile à pratiquer

Les moyens utilisés dans l'ÉTIOPSYCHOLOGIE®

- Approche dynamique du fonctionnement cellulaire
- Localisation des compressions organiques
- Compréhension de la systémique universelle
- Compréhension de la création de nos émotions
- La découverte du ressenti
- La perception de la vie en trois dimensions
- La perception structurelle de nos sens
- La co-dépendance cellulaire

Qui peut bénéficier de l'ÉTIOPSYCHOLOGIE® ?

Toute personne souffrant de :

- manque de confiance en soi
- problèmes relationnels
- dépendances
- autodestruction
- stress
- timidité
- angoisses
- peurs
- phobies
- maladie psychologique
- problèmes pathologiques
- problèmes de poids
- problèmes immunitaires
- stérilité
- etc...



La thérapie

Les consultations s'effectuent dans le cadre d'une thérapie brève.

- Les deux ou trois premières séances sont nécessaires à l'établissement d'un canevas thérapeutique
- Le nombre des consultations est déterminé à la fin de ces séances
- En moyenne, un traitement compte une quinzaine de séances
- Chaque séance dure environ une heure

Les séances sont individuelles et personnalisées. Elles se présentent pour la plupart en deux parties :

1° la théorie

- permet de faire le point sur ses points forts et faibles
- permet de connaître ses désirs et ses besoins
- permet de construire son avenir
- permet de trouver les compressions organiques

2° la pratique

- permet de désactiver l'arc réflexe des compressions organiques

Les moyens de désactiver les compressions sont multiples, mais les techniques propres à l'étiopsychologie® font appel à la *viscérologie* (thérapie indolore s'apparentant à l'*ostéopathie viscérale*).

Témoignages de patients

Françoise : « J'ai retrouvé le sommeil, fini les migraines, enfin la paix, merci »

Marie : « Je suis maintenant capable d'accepter mon enfance, la séparation de mes parents. Je ressens de la joie. J'ai remporté une grande victoire »

Jacques : « Pour la première fois je me suis dit bonjour en me voyant dans le miroir. Je me sens serein et plus ouvert aux relations humaines »

Yves : « Avec l'étiopsychologie® j'ai retrouvé la santé. J'ai maintenant envie de dévorer la vie »

Monique : « En quelques semaines, j'ai retrouvé ma silhouette, qu'est ce que je me sens mieux »

Corinne : « J'ai l'impression de vivre et non plus de survivre. Je sens que j'ai le droit et je dirais même l'obligation d'être moi. Je me sens plus en confiance, plus sûre »

Michèle : « Maintenant j'avance et je balaie les obstacles en toute confiance, je suis devenue créatrice de ma vie »

Mikaël : « J'ai retrouvé la mobilité de mon corps, je n'ai plus de douleur, merci »



Le processus d'ÉTIOPSYCHOLOGIE®

L'étiopsychologie® est une vision nouvelle de la psychologie. Elle apporte une dimension de réflexion et de perception de notre façon de penser. L'étiopsychologie® est à la fois une structure et un état d'esprit, mais surtout une perception différente du présent.

Vos problèmes

Nous avons tous rencontré des problèmes. Le temps a passé et aujourd'hui il nous suffit d'un seul élément nous rappelant ce traumatisme pour que les mêmes troubles du terrain biologique resurgissent.

Ces perturbations à répétition ont pour effet de déstructurer notre organisme, créant du simple mal de tête à des maladies plus importantes, telles que : cirrhose, asthme, cancer, maladie auto-immune, etc...

Michael Gershon

On connaît depuis plus d'un siècle l'existence des cellules nerveuses du système digestif, sans leur accorder grande attention. Ce n'est que très récemment que le chercheur américain **Michael Gershon**, professeur au Département d'anatomie et de biologie cellulaire de l'Université de Columbia à New York, a eu l'idée de les compter. Il a estimé leur nombre à plus d'une centaine de millions. Ce chiffre est comparable à celui des cellules contenues dans la moelle épinière, affirme **Michael Gershon** dans son livre « The Second Brain », paru en 1999. Ce qui est phénoménal.

Mais ce qui est encore plus étrange, c'est que **Michael Gershon** n'a pas fait une réelle découverte. Il a redécouvert en partie des faits connus depuis la fin du XIXe siècle mais tombés ensuite dans l'oubli dans les années 20 en raison d'une mésentente personnelle entre chercheurs.

Cette intrigante histoire scientifique débute au XIXe siècle, en Angleterre. Deux chercheurs, **William Bayliss** et **Ernest Starling**, suspectent que le système nerveux entérique constitue un centre nerveux indépendant du cerveau central. Ils ont en effet constaté la poursuite quasi normale de l'activité digestive chez un chien dont ils avaient coupé tout lien entre le système nerveux central et les cellules nerveuses présentes à l'intérieur de la paroi intestinale et découvertes quelques années auparavant par le neurologue allemand **Léopold Auerbach**.

- A lire : The Second Brain de **Michael D. Gershon**, paru aux éditions HarperCollins, New York.

Les solutions

Les solutions classiques que l'on nous propose demandent, dans leur ensemble, de se remémorer des souvenirs plus ou moins traumatisants, entraînant la venue d'états



dépressifs et émotionnels douloureux. Dans le processus d'**étiopsychologie**[®], nous nous occupons essentiellement des conséquences physiques inconscientes que notre corps a créées, et continue d'entretenir. Il n'est plus question de mental ni de vécu émotionnel dévastateur.

Votre corps

La danse des particules de notre corps est à la fois très complexe et très simple. Nous fonctionnons avec des systèmes autonomes qui réagissent aux moindres variations de notre entourage. Ces stimuli, perçus par nos sens, déclenchent des réactions (chimiques, gazeuses, etc.) nécessaires à notre adaptation au milieu qui nous entoure.

Personne n'a l'idée d'utiliser le sirop pour la toux, qui a été efficace lors de la dernière infection pulmonaire, pour traiter l'œdème d'une entorse. Nos systèmes autonomes n'ont pas la faculté de comprendre cela. Ils fonctionnent par expériences.

Dans la santé, toutes nos cellules se respectent. Dans la maladie, le système touché va utiliser la solution la plus radicale qu'il connaisse pour retrouver sa structure habituelle et ceci, dans certains cas, au détriment des autres qui l'entourent.

L'ÉTIOPSYCHOLOGIE[®] ou la confiance retrouvée

Aspirer à avoir confiance en soi, être à la recherche du bonheur est un trait commun de nos contemporains. Vouloir faire de sa vie un parcours, un projet, une œuvre, est l'ambition légitime qui nous anime. Bref, être heureux !

Nous avons tous le même but, par contre les chemins vont être très différents. Le bonheur est un état difficile à atteindre. Pour beaucoup d'entre nous faire un instant de pause, pour examiner la façon dont nous vivons et menons notre vie, peut faire peur.

Comment se fait-il que notre épanouissement soit si difficile ? A tout âge il nous arrive pourtant de rencontrer des moments d'harmonie, malheureusement beaucoup trop rares. Pourquoi retombons-nous dans les mêmes pièges de stress, peur, angoisse ou dépendance ?

Nous avons posé la question à **Eric Loison**, célèbre ostéopathe, fondateur de l'**étiopsychologie**[®] et auteur du livre L'Etiopsychologie aux éditions **Recto-Verseau** :

Eric Loison : Plusieurs facteurs vont intervenir dans l'élaboration de notre paix intérieure. Nos capacités à être, notre volonté d'entreprendre, notre gestion du stress, mais aussi le décodage des mécanismes bloquants comme : les

critères sociaux frustrants, les principes castrateurs que l'on nous a inculqués, l'acceptation des demandes infondées des autres, les effets des traumatismes vécus, les croyances erronées, etc... Pourquoi ?! « c'est plus fort que moi ! »,



« je le fais quand même ! », « pour ça je n'ai pas de volonté ! », « c'est comme une drogue ! », etc...

Beaucoup de mes patients me posent ce genre de question. Pourquoi ? Tout simplement parce qu'ils n'ont pas la réponse, le ressort de notre mal-être ne réside pas seulement dans notre intellect. Il ne tient pas seulement dans la nature de la situation qui fait peur, mais réside pour une grande partie dans une histoire plus profonde se situant au cœur même de nos entrailles, dans notre ventre.

• Pourquoi le ventre ?

Eric Loison : Notre corps nous parle tous les jours. Dans la détente et l'harmonie nos systèmes autonomes respectent la règle de bon fonctionnement de notre physiologie. Mais il suffit juste d'un petit quelque chose pour détraquer la machine. Un coup de téléphone désagréable, un rendez-vous qui ne vient pas, la télévision qui annonce une catastrophe, la peur d'un conflit, et c'est l'estomac qui se noue, la gorge qui se serre, la sueur qui monte, les jambes qui flageolent, etc... Tout le monde connaît ces stigmates de stress et d'angoisse. Notre corps adapte ses rythmes de fonctionnement aux éventuels dangers, il se prépare pour une guerre.

Tout ce tumulte se crée sans notre volonté. Je n'ai jamais encore entendu quelqu'un dire « tiens, je vais m'faire une p'tite boule à l'estomac ». La première réaction d'adaptation à un stress vient de notre cerveau reptilien, qui gère nos instincts de survie. La deuxième se passe au niveau de notre estomac. Il ressemble à un hall de gare aux heures de pointe (la p'tite boule). La troisième a lieu dans notre intestin où les 100 millions de neurones stockent les informations.

• 100 millions de neurones ! Notre ventre serait-il un cerveau ?

Eric Loison : Et bien oui ! Il contient autant de neurones que la moelle épinière. Des découvertes récentes reprises par de nombreuses revues lui ont fait gagner le titre de second cerveau. Il assure l'essentiel de nos défenses car il recèle de 70 à 80% de nos cellules immunitaires. Il produit ses propres neuromessagers. Les cellules nerveuses du cerveau abdominal ont la même origine que celles du cerveau principal. Ces neurones sont en fait une continuité. Ils forment le système nerveux entérique. L'étude de ce fonctionnement a donné naissance à une nouvelle discipline scientifique, la neuro-gastro-entérologie.

• Quel est le rapport avec les angoisses ?

Eric Loison : Le bon côté est que, comme un ordinateur, ce système nerveux a une mémoire. Il est la continuité du cerveau reptilien. Il s'adapte aux situations pour permettre notre survie. Exemple : si je me trouve à côté d'un précipice, il va déclencher par l'intermédiaire du système sympathique et parasympathique une sensation de vertige. Il me rend conscient d'un danger. Et me sauve la vie. Alors grand merci M. le second cerveau. Le mauvais côté est que, comme un ordinateur, il n'a pas de conscience. Il est capable de dominer notre intellect pour régir nos émotions, il est fait comme ça et pour ça. Mais quelque fois il agit ou plutôt réagit de façon inappropriée et ceci au détriment de notre santé.

• Alors ami, ou ennemi ?

Eric Loison : Ami sans aucun doute. L'ennemi va venir de nous même, de notre conscient, ou plutôt de notre



inconscience à céder à la facilité. Nous prenons un malin plaisir à ancrer nos croyances restrictives : « je suis trop vieux pour ça ! », « que vont penser les autres ! », « c'est même pas la peine que j'essaye ! », « c'est pas de ma faute ! », etc... Plus nous donnons à notre cerveau ventral des informations limitantes, plus il les accumule en s'auto programmant négativement. Ce fonctionnement va automatiquement aboutir sur un manque de confiance en soi général et chronique.

• Comment ça marche ?

Eric Loison : Je vais essayer de faire simple. Prenons un exemple et mettons-nous en situation : nous sommes en été, il fait chaud, un courant d'air parcourt la maison et vient vous rafraîchir, allongé vous vous reposez, vous êtes entrain de vous assoupir. Tout d'un coup, une brise plus forte vient faire claquer la porte de la chambre. Votre réaction ? Vous sursautez bien sûr, en grommelant des noms d'oiseaux. Mais que s'est il passé dans votre corps ? Et bien voilà : Tout d'abord le bruit a été capté par vos oreilles, votre cerveau intellect étant parti dans les bras de Morphée n'a pas eu le temps de réagir, il a été débordé. C'est le reptilien qui a pris le relais.

Le cerveau reptilien gère nos instincts de survie. C'est à dire qu'il adapte les rythmes internes des systèmes à la situation externe captée par les sens.

Dans notre cas, l'information du claquement de la porte est rentrée tellement vite que tout notre organisme s'est trouvé en désadaptation. Une forte poussé d'adrénaline, accompagnée de symptômes désagréables a suivi tel que le cœur qui part au galop, le souffle coupé, les jambes qui tremblent, etc... Les organes se sont mis en compression pour se protéger d'un danger. Après quelques minutes le corps se détend, les

systèmes retrouvent peu à peu leurs fonctions normales.

Prenons maintenant un autre exemple. Imaginons un enfant dont le père est entrain de lui dire : « tu seras toujours nul ! », ou « je n'aurai jamais confiance en toi ! ». Que peut faire ce genre d'affirmation ? Et bien oui, La même chose que notre claquement de porte, mais en pire... Cette fois-ci, le conscient a eu le temps de traiter l'information. Il a détecté un danger dans les paroles du père, il fait donc entrer dans le jeu le reptilien qui, à son tour, envoie des signaux aux organes qui eux, adaptent une réponse. Ce n'est que par la suite que le mental va prendre le dessus en fonction de l'intensité de la compression organique.

Notre ordinateur ventral a enregistré l'impact de l'agression et la réponse qu'il lui a donnée. Il joue le rôle d'un super amortisseur émotionnel. Tant que l'adaptation du corps peut s'effectuer et répondre aux agressions extérieures, tout va bien. Mais dans le cas d'une agression trop violente ou trop répétée, notre amortisseur ne joue plus son rôle. Ou plutôt il va se bloquer au maximum et déclencher toutes les alertes internes, en mettant tous les feux aux rouges.

• Il perd les pédales

Eric Loison : Je dirais plutôt qu'il s'emballe. Il faut comprendre que la communication entre nos deux cerveaux s'effectue par les neuromessagers et elle communique dans les deux sens. Ce qui veut dire que les maux de l'un peuvent affecter l'autre. Petit à petit se crée une cartographie de réactions émotionnelles. Tels événements ou telles situations vont déclencher telles réactions organiques, qui à leur tour vont renvoyer un signal d'adaptation à notre cerveau, permettant



la conscientisation mentale et émotionnelle de la situation.

• Vous nous dites que nous sommes dirigés par notre ventre ?

Eric Loison : Oui et non, dans la grande majorité des cas, notre intellect est le plus fort. Ce qui heureusement nous permet de réaliser notre vie à notre guise. Les moments où nous ne sommes plus maîtres sont ceux où la mémoire organique de l'impact se réveille. Prenons un exemple : Jean, 5 ans, assiste à une forte bagarre entre ses parents. Il ne sait pas quoi faire, impuissant, il pleure et s'enfuit dans sa chambre avec un fort sentiment de culpabilité. Le contexte agressif de la situation a chamboulé son petit corps et l'impact émotionnel a eu lieu dans ses organes.

Une fois devenu adulte, comme tout le monde, Jean vit sa vie normalement sauf dans les situations conflictuelles. A chaque fois que Jean se trouve en présence d'une dispute, la mémoire originelle de l'impact est réactivée. Ce réveil traumatisant va automatiquement influencer son état émotionnel, son comportement sera le même qu'il a vécu à l'âge de 5 ans. Il sentira de l'impuissance et voudra fuir ces situations par tous les moyens. C'est ce que l'on appelle un schéma répétitif.

• Comment travaillez-vous ?

Eric Loison : J'utilise l'**étiopsychologie**[®]. Ma première démarche sera de déterminer puis de décrypter le système de croyance du patient. Avec son vécu, Jean peut avoir comme croyance : « je serai toujours un lâche ! », « je fuirai toujours les conflits ! », ou encore « je manquerai toujours de confiance en moi ! ». Elles peuvent être multiples

d'autant plus qu'elles sont souvent renforcées par les accusations du milieu. Les collègues de travail : « tu ne seras jamais un chef ! ». La femme : « tu seras toujours un mou ! ». Pas facile de s'en sortir seul avec ça. Surtout que, dans une très grande majorité des cas, nous sommes complètement inconscients de la liaison entre nos croyances restrictives et l'impact d'un traumatisme vécu il y a des années.

Prenons les anorexiques boulimiques par exemple. Et bien le système est le même. Ils savent très bien qu'ils s'autodétruisent et font souffrir leur famille, pourtant ils continuent, c'est plus fort qu'eux. Dans ces cas extrêmes, l'amortisseur est en alerte perpétuelle. Les croyances émises sont complètement erronées. Il en va ainsi de nombreuses pathologies telles que l'hypertension, la boulimie, l'angoisse ou toute forme de manque de confiance en soi chronique. Notre instinct de survie se croit en énorme danger, il va utiliser le moyen le plus radical pour l'éliminer neuf fois sur dix au détriment de notre santé. La raison n'a plus sa place. C'est comme si une taupe faisait un trou dans le jardin et que vous lui envoyiez le plus gros bulldozer que vous trouviez. Alors, ok plus de taupe, mais plus de gazon non plus, ni d'arbres d'ailleurs.

Ma deuxième démarche sera de retrouver le moment précis de l'impact recherché, ce qui me permettra de passer à la troisième qui est la décompression organique. Il suffit de changer la mémoire primaire, des organes touchés, par des manipulations viscérales précises.

• Cela paraît si simple, qu'en pense le corps médical ?

Eric Loison : Tout d'abord je dirais qu'aucun étiopsychologue ne vous fera



arrêter un traitement médical. Ceci est du ressort exclusif du médecin traitant. Je collabore avec des psychiatres et des psychothérapeutes au sujet de patients communs. Leur plus grand étonnement est la rapidité de disparition des symptômes après des séances d'**étiopsychologie**[®].

La complémentarité de l'**étiopsychologie**[®] à la psy classique paraît maintenant de plus en plus indispensable. Je mettrai pourtant un seul bémol au sujet de la schizophrénie ou malheureusement l'**étiopsychologie**[®] reste pour l'instant inefficace. Dans ces cas, je me trouve devant l'impossibilité de trouver l'impact initial.

• En bref qu'est ce que l'**ÉTIOPSYCHOLOGIE**[®] ?

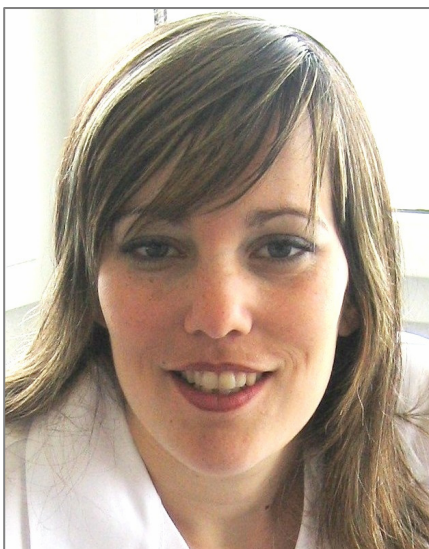
Eric Loison : D'abord en **étiopsychologie**[®] nous nous efforçons à établir trois choses : Premièrement, trouver la croyance la plus destructrice de notre existence. Deuxièmement, trouver quel a été le vécu du traumatisme originel. Troisièmement, la libération du, ou des organes touchés.

L'**étiopsychologie**[®] est une nouvelle approche d'analyse et de traitement des troubles psychiques. Elle permet de découvrir dans nos entrailles les causes originelles de nos dysfonctionnements psychiques ainsi que les dysharmonies de nos systèmes vitaux qui en découlent. Elle consiste à aborder et traiter de manière précise les troubles (maladies ou dépressions) liés à un traumatisme vécu conscient ou inconscient inscrit dans les 100 millions de neurones de notre système digestif. Elle permet d'éviter que ces compressions ne perdurent, en redonnant l'espace, la forme et le mouvement originel à chaque organe et viscère en restriction. Son but est de pouvoir retrouver rapidement un état plus serein, à toute personne qui pratique cette technique.

Etre étiopsychologue est passion. La première des choses demandées pour pratiquer ce métier à un futur élève est la motivation.

L'**Ecole Suisse d'Étiopsychologie** à Genève forme des professionnels depuis l'an 2000.

Interview de Yves Nosiol



virginie bruchez
étiopsychologue



www.virginiebruchez.ch

route de châtaignier 5 - 1926 fully

virginie.bruchez@bluewin.ch

☎ +41 (0)79 248 17 00

reçoit sur rendez-vous
rue aimé-steinlen 1 - 1800 vevey
avenue de tourbillon 3 - 1950 sion

thérapeute reconnu par les assurances complémentaires agréées ASCA