Préambule

Combien sommes-nous à avoir perdu notre force de Vie sans avoir compris quoi que ce soit ?

Quand monter les escaliers quatre à quatre n'est plus qu'un lointain souvenir… Quand la fatigue chronique s'installe et engloutit tout mon quotidien sur son passage… Quand un brouillard mental paralyse toute réflexion… Quand le contrôle de ma vigueur et de ma Vie semble perdu à tout jamais… Qu'est-ce qu'il se passe ? Pourquoi ?

Après avoir enchaîné fatigue chronique, endométriose, fibromyalgie, burn-out, sans oublier des douleurs de la tête aux pieds et l'annonce du fauteuil roulant par mon kinésithérapeute, au bout du bout, j'ai finalement réussi à prendre de la hauteur et j'ai pu cerner mes réels besoins.

Mon intention étant d'apporter mon témoignage car j'ai su réveiller l'intelligence de mon corps ainsi que sa capacité naturelle d'autoguérison. Au regard de mon parcours peu orthodoxe, ne vous attendez pas à un manuscrit académique, pour autant n'en sous-estimez pas la valeur, des trésors s'y cachent… De plus, ce livre a été conçu pour tous, avec ou sans argent des perspectives existent, en espérant que l'accès à ce nouveau paradigme devienne un droit légitime. Seule la connaissance peut éloigner les schémas omniprésents de la peur puis libérer ; c'est la toute première étape à franchir et elle est incontournable.

Généralement, la santé est comprise comme une absence de maladie. Et je dois reconnaître qu'être en vitalité c'est beaucoup plus, car c'est se réveiller chaque matin avec l'assurance de bénéficier d'un flux d'énergie ininterrompu.

En réponse à mon besoin de comprendre et mon désir d'apprendre, depuis ma jeunesse j'ai adopté cette formule : « Rester un point vivant d'interrogation ! »