

*Dis-moi de quoi tu souffres,  
je te dirai pourquoi,  
et je te donne le remède !*

Dr Mohamed Salah Kiniouar



# Introduction

Le ressentiment, les regrets, la haine, forment dans notre être une accumulation de nœuds, tout comme la petitesse, les envies, la jalousie. Nos peurs et nos sentiments négatifs forment des nœuds, des barrières, des kystes émotionnels... Ces nœuds, tout comme des détritrus dans un ruisseau, forment des barrages, et empêchent la force de vie et le flux d'énergie de circuler harmonieusement. Cette stagnation d'énergie, comme des déchets au fond d'une poubelle, finissent par créer des maladies, le mal a dit... Nivelier ces nœuds par la sérénité, l'acceptation de ce qui est, l'oubli, le pardon, c'est laisser à nouveau circuler la vie, l'amour, et la laisser irriguer tout notre être.

**"Tout m'est donné, et je redistribue tout ce qui m'est donné..., Je vis sans peur, ni de la pauvreté, ni de la maladie, Plus je donne, plus je reçois....rien ne se perd".**

Cette affirmation, quand elle est dite avec confiance, irradie, propulse un merveilleux échange.

Voilà le grand mouvement dans lequel il faudrait s'incorporer pour être serein, confiant.

"Tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime!" Toutes les émotions que vous refoulez à l'intérieur de vous-même parce que vous ne pouvez pas ou ne voulez pas les verbaliser, peuvent se cristalliser dans différentes parties de votre corps.

## Liste de malaises/maladies

1- Accident	43- Cuisse
2- Allergie	44- démangeaison
3- Amygdalite	45- Dents
4- Anémie	46- Diabète
5- Appendicite	47- Diarrhée
6- Artériosclérose	48- Doigts
7- Arthrite	49- Dos
8- Asthme	50- dépendance
9- Ampoule	51- Douleurs
10- Abscès	52- Eczéma
11- Acné	53- Embonpoint
12- Alzheimer	54- Engourdissement
13- Amnésie	55- Epaule
14- Anorexie	56- Eternuement
15- Anus	57- Evanouissement
16- Anxiété	58- Enflure
17- Apoplexie	59- Epilepsie
18- Angine	60- Equilibre (Perte)
19- Bégaiement	61- Etourdissement
20- Bouche	62- Estomac
21- Bronchite	63- Fatigue
22- Brûlure	64- Fièvre
23- Bursite	65- Fièvre des foies
24- Bouton	66- Foie
25- Bras	67- Furoncles, clous
26- Bleus	68- Fausse couche
27- Cancer	69- Frileux
28- Cardiaque	70- Genoux
29- Cataracte	71- Gingivites, Gencives
30- Cholestérol	72- Glandes
31- Colite	73- Glaucome
32- Constipation	74- Gorge
33- Cou	75- Goutte
34- Crampes	76- Gaz
35- Cellulite	77- Goitre
36- Cheveux	78- Grippe
37- Cheville	79- gastro-entérite
38- Coccyx	80- Haleine
39- Coma	81- Hanches
40- Cœur	82- Hémorroïdes
41- Colique	83- Hépatite
42- Coude	84- Hernie

85- Hypoglycémie	126- Pancréas
86- Hyperthyroïdie	127- Parkinson
87- Herpès	128- Poitrine
88- Impuissance	129- Poumons
89- Incontinence urinaire	130- Reins
90- Indigestion	131- Rétention urinaire
91- Infection	132- Rhumatisme
92- Insomnie	133- Rhume
93- Intestin	134- Rachitisme
94- Influenza	135- Rate
95- Jambes	136- Respiration
96- Jaunisse	137- Ronflement
97- Kyste (Tumeur)	138- Sang
98- Langue	139- Sciatique
99- Laryngite	140- multiples Scléroses
100- Lèvres	141- Seins
101- Mains	142- Sinusite
102- Maux de tête	143- Sida
103- Ménopause	144- Surdité
104- Menstruation	145- Toux
105- Migraine	146- Toxicomanie
106- Mononucléose	147- Tuberculose
107- Muscles	148- Tumeurs
108- Mal de mouvement	149- testicules
109- Meurtrissures	150- Tête
110- Nausée	151- Thrombose
111- Nerfs	152- Urine
112- Nerf sciatique	153- Urticaire
113- Nez	154- Ulcère
114- Ongles	155- Utérus
115- Oreilles	156- Vaginite
116- Os	157- Varices
117- Ovaires	158- Verrue
118- Odeur du corps	159- Vessie
119- paralysie	160- Vieillissement
120- Peau	161- Vertige
121- Pied	162- Végétation
122- Pneumonie	163- V�n�rienne (Maladies)
123- pression	164- Visage
124- Prostate	165- Yeux
125- Psoriasis	166- Zona

# Les Causes émotionnelles des malaises/maladies

## 1- Accident

Si un malaise ou une maladie est causé par un accident, il faut d'abord savoir qu'un accident signifie que tu ressens de la culpabilité, l'être humain a ce réflexe de se culpabiliser par la punition

## 2- Allergies

Qui ou que changerait-on autour de soi ? À qui es-tu allergique ? Rejet de son pouvoir sur les événements de sa vie

## 3- Amygdalite

Émotions de peur et de colère ravalées, retenues. Émotions réprimées

## 4- Anémie

Absence de Joie et d'intérêt dans la vie. Vie basée sur les "oui mais ..."

## 5- Appendicite

Colère intérieure provoquée par le sentiment de se sentir retenu dans les projets de sa vie. Peur. Peur de la vie. Retenue dans les élans de la vie

## 6 - Artériosclérose

Peur de souffrir qui amène à se replier sur soi-même. Résistance, tension

## 7 -Arthrite

Difficulté de dire non qui donne souvent le sentiment d'être utilisé. Critique intérieure des autres. Dévalorisation de soi-même. Amertume, ressentiment, critique. Se sentir non-aimé.

## 8 -Asthme

Hypersensibilité. Amour étouffée. Pleurs supprimés. Sentiment d'être étouffé. Chez l'enfant : amour étouffant. Chez l'adulte : ne pas vouloir montrer sa vraie nature de peur d'être blessée, ce qui amène le sentiment d'être étouffé

## 9 -Ampoule

Résistance, manque de protection émotionnelle dans une nouvelle expérience

## 10- Abcès

Pensées de vengeance suite à une blessure ou de l'irritation répétée. Affronts

## 11- Acné

Non acceptation, non-amour de soi, rejet de soi (voir boutons)

## 12- Alzheimer

Incapacité de faire face aux difficultés de sa vie. Désir de fuir ses problèmes

### **13- Amnésie**

Fuir sa vie, grande peur, difficulté de s'affirmer

### **14- Anorexie**

Grand rejet de soi et de sa vie

### **15- Anus**

Difficulté de lâcher prise face à une personne ou à une situation. Fissure anale : déception face à ses attentes, frustration

### **16- Anxiété**

Manque de confiance en son Soi, face aux événements de sa vie, utilisation non-bénéfique de son imagination

### **17- Apoplexie**

Pensées intenses d'inquiétude ou de peur qui te glacent

### **18- Angine**

Se sentir étouffé, incompris

### **19- Bégaiement**

Insécurité qui vient de la peur de s'exprimer. Personnalité en retrait, non-affirmée

### **20- Bouche**

Se fermer aux opinions des autres. Incapacité de faire entrer les idées nouvelles. Opinions arrêtées. Esprit fermé. Ulcères: petites colères qu'on tait

### **21- Bronchite**

Se sentir irrité, critiqué, brimé dans sa liberté par son environnement. Milieu familial inflammé

### **22- Brûlure**

Rage intérieure, irritation, colère. De la colère qui consume

### **23- Bursite**

Colère réprimée. Colère qui amène à penser quelque chose du genre : " Je le battrais "

### **24- Bouton**

Impatience, petite frustration

### **25- Bras**

Penser qu'on en prend trop et qu'on ne peut arriver à accomplir tout comme on le voudrait

### **26- Bleus (voir Meurtrissures)**

## 27- Cancer

Ensemble d'émotions refoulées et gardées secrètes qui nourrissent une amertume profonde. Secret profond ou vieux chagrin qui "gruge" de l'intérieur. Vieux ressentiment, blessure profonde

## 28- Cardiaque

Problèmes sérieux de longue date sur le plan émotionnel. Absence de joie. Rejet de la vie. Foi dans l'effort et la compression

## 29- Cataracte

Avenir sombre. Incapable de voir en avant

## 30- Cholestérol

La joie ne circule pas parce qu'on prend la vie trop au sérieux et qu'on ne prend pas suffisamment de temps pour s'amuser. Les conduits de la Joie sont bouchés. Peur d'accueillir la Joie

## 31- Colite

Se retenir dans ses agissements face à des parents trop exigeants. Oppression, défaite. Grand besoin d'affection

## 32- Constipation (voir aussi Intestins)

Refus de se défaire de ses vieilles idées. Trop se retenir dans sa manière d'être. Résistance à se défaire des croyances de son passé ou de ses biens superflus: caractéristiques des gens qui amassent. Mesquinerie

## 33- Cou

Manque de flexibilité. Ne pas vouloir voir tous les côtés d'une situation. Refus de voir tous les aspects d'une question. Entêtement à voir seulement ce qui fait son affaire par peur d'avoir à prendre une action

## 34- Crampes

Tension, peur. Se mettre trop de pression à se retenir ou à démontrer ce dont on est capable. S'accrocher, retenir.

## 35- Cellulite

Retenir des pensées sombres de son passé. Difficulté d'avancer, de choisir sa propre direction

## 36- Cheveux

Représente la force et la foi en ses possibilités. Cheveux blancs: stress, croire que l'effort et la pression sont nécessaires pour arriver à ses fins. Cuir chevelu : anxiété prolongée. Perte de cheveux : tension, chocs traumatiques, non-acceptation ou non-intégration de nos perceptions

## 37- Cheville

Manque de flexibilité dans une direction à prendre

## 38- Coccyx

Peur du manque dans ses besoins de base pour soi-même ou les êtres qui nous sont chers

### 39- Coma

Désir de fuir une personne ou une situation de souffrance

### 40- Cœur

Prendre la vie trop au sérieux. Ne pas prendre suffisamment de temps pour rire, se détendre et se faire plaisir. Oubli de soi

### 41- Colique

Tension. Ennui ou émotion causé par l'entourage

### 42- Coude

Difficulté à s'adapter à un changement de direction et d'accepter de nouvelles expériences. Manque de flexibilité face à cette ou ces nouvelles expériences

### 43- Cuisses (grosses)

Faire bien des choses pour se faire accepter et aimer

### 44- Démangeaisons

Irritation, déception parce que les choses ne se passent pas selon ses désirs. Impatience. Désirs insatisfaits

### 45- Dents

Indécision face à une action à prendre. Peur des résultats. Incapacité à broyer les idées afin de les analyser et prendre des décisions. Indécision de longue date.

### 46- Diabète

La vie semble terne et amère, profonde tristesse, grand besoin de contrôler

### 47- Diarrhée (voir aussi Intestins)

Rejeter les idées trop vite. Rejet du passé. Peur

### 48- Doigts

S'inquiéter pour les petits détails du quotidien. Caractéristique des perfectionnistes. Cuticules : se critiquer pour des menus détails. Ongles (se ronger ou se mordre): insécurité dans son autonomie, problème non résolu avec une personne représentant l'autorité. Excès d'analyse dans les mini-détails.

\*POUCE: Intellect-Inquiétude \*INDEX: Orgueil-peurs \*MAJEUR: Sexe-colère \*ANNULAIRE: Union-chagrin \*AURICULAIRE: Famille-prétention

### 49- Dos

Ne pas se sentir suffisamment soutenu. Manque d'appui. Milieu du dos : au plan affectif, retenir l'amour. Haut du dos : dans son travail, sentiment d'être surchargé. Bas du dos : au plan financier, inquiétude pour ses besoins de base. Tout le dos : prendre les problèmes des autres

### 50- Dépendances

Rejet de soi, grand manque d'amour, désir de fuir la réalité (ex: dépendance face à la drogue, à l'alcool etc )

## 51- Douleurs

Vouloir attirer l'attention et l'amour de ses proches, auto-punition. Congestion, blocages

## 52- Eczéma

Grande sensibilité. Ne pas se sentir respecté ou compris dans ses besoins fondamentaux. Personnalité blessée, blessure faite à l'individualité. Hypersensibilité

## 53- Embonpoint

Accumulation de désirs insatisfaits. Désir de prendre sa place. Accumulation d'émotions refoulées. Insécurité. Rejet de soi. Recherche de l'amour. Protection du corps. Tentatives pour "remplir" son moi

## 54- Engourdissement

Désir de se rendre insensible envers une personne ou une situation particulière. Retenir l'amour ou la considération

## 55- Épaules (voir aussi "Dos)

L'impression d'avoir un fardeau qui vient de sa difficulté à faire confiance à ceux qui l'entourent. Se sentir surchargé.

## 56- Éternuement

Rejet d'une idée qu'on vient d'entendre, qu'on rejette

## 57- Évanouissement

Abandonner, se laisser aller, désir de fuir ce qui fait mal. Peur. Se sentir battu d'avance, voudrait disparaître

## 58- Enflure

Se sentir limité dans ses actions et dans ses désirs

## 59- Épilepsie

Se sentir rejeté de la vie et aussi habité par le sentiment de persécution. On devient rigide, donc une violence retournée contre soi-même

## 60- Équilibre (Perte)

Dispersion de ses pensées, ne plus savoir ou donner de la tête

## 61- Étourdissements

Sentir qu'on ne peut surmonter ses difficultés

## 62- Estomac

Vivre des peurs, face aux choses, actions et idées nouvelles. On se pense incapable d'assimiler le nouveau. Brûlement : on vit une colère car on sent sur soi le pouvoir des autres

### 63- Fatigue

Résistance, ennui. Manque d'amour pour les actes accomplis. Fatigue mentale : manque de Joie, de motivation et d'intérêt dans ce qu'on vit (plan travail, familial ou projets) Fatigue physique : surmenage, abus

### 64- Fièvre

Enflammé, colère

### 65- Fièvre des foins

Congestion sur le plan émotif. Croyance des masses populaires et peur du calendrier

### 66- Foie

Dépression, refoulement. Le foie est le foyer de la colère et de la critique inavouée. Pierre au foie : amertume. Pensées dures. Dont vous n'arrivez pas à vous débarrasser

### 67- Furoncles, clous

Impatience, colère qu'on nourrit par ses pensées et qui fermentent. Colère qui bout et déborde

### 68- Fausse couche

Penser que ce n'est pas le bon moment, peur des implications, de ne pas être à la hauteur

### 69- Frileux

Contraction de la pensée, désir de se retirer, d'être seul

### 70- Genoux

Rigidité de sa pensée qui fait résister aux idées des autres. Inflexibilité, peur. Ego, orgueil. Incapacité de plier. Raideur, entêtement. Caractéristique de l'orgueilleux: ne pas vouloir plier

### 71- Gingivites, gencives

Difficulté à prendre position devant une décision. Incapacité de renforcer les décisions prises. Saignement: manque de joie dans les décisions prises

### 72- Glandes

Déséquilibre de la pensée entre ce qu'on est et ce qu'on pense de soi. Mauvaise distribution, manque d'ordre, pas en balance

### 73- Glaucome

Pression émotive résultant d'anciennes blessures

### 74- Gorge

La voie d'entrée de l'expression. Colère réprimée. Heurt émotif avalé. Enrouée : la peur d'exprimer ce qu'on est ou ce qu'on veut. Celle-ci amène à avaler ses émotions et à retenir sa créativité (voir Laryngite, Amygdalite)

### 75- Goutte

Impatience, colère, besoin de dominer

## **76- Gaz**

S'accrocher à quelqu'un ou à quelque chose qui n'est plus bénéfique pour soi mais qui représente sa sécurité affective ou matérielle. S'agripper. Idées non digérées, avalée de l'air par peur. Gaz intestinaux : voir Intestins

## **77- Goitre**

Haine provenant du sentiment d'avoir été abusé, manipulé. Ressentiment et peine ravalés

## **78- Grippe (voir Rhume)**

## **79- Gastro-entérite**

Incertitude, insécurité. Peur de mourir.

## **80- Haleine**

Remords de conscience. Revenir sur les déceptions du passé. Pensées négatives qu'on garde pour soi. Attitude retenue, pensées infâmes, vils commérages

## **81- Hanches**

Peur de prendre position face à une situation importante dans sa vie. Laisser décider pour soi. Peur d'aller de l'avant dans les décisions importantes

## **82- Hémorroïdes**

Perte de joie. Ballotter dans sa vie. Appréhender. Surcharge. Fardeau, pression, tension qu'on s'impose dans son quotidien. Peur de lâcher prise

## **83- Hépatite**

Peur, colère, haine. Le foie est le foyer de la colère et des émotions primales

## **84- Hernie**

Expression créatrice incorrect. Se forcer dans ses relations avec son entourage. S'auto-punir. Hernie discale: indécision, manque de support

## **85- Hypoglycémie**

Manque de joie. Peur de ne pas être à la hauteur. Système non balancé

## **86- Hyperthyroïdie**

Très grand désappointement de ne pas être capable de faire ce qu'on veut. Comblent les autres et non soi-même

## **87- Herpès**

Culpabilité sexuelle. Ex: se sentir coupable d'avoir des relations sexuelles uniquement pour la satisfaction de ses sens

## **88- Impuissance**

Rancune contre un ex-partenaire. Culpabilité. Tension. Pression sexuelle Croyances populaires

### 89- Incontinence urinaire (voir aussi Urine)

Chez l'enfant : peur d'un parent (surtout du père) Chez l'adulte : manque de contrôle émotionnel.

### 90- Indigestion

Rejet d'une situation. Peur de ce qui est à venir. Anxiété, peur, terreur

### 91- Infection

Déception. Désagrément. Irritation qui fait vivre de la colère (voir aussi l'organe atteint) Maladie en "ite", ex: sinusite, otite, amygdalite)

### 92- Insomnie

Tension, culpabilité, peur, insécurité

### 93- Intestins

Circuit qui consiste à relâcher pour faire place à du nouveau. Constipation : Trop se retenir dans sa manière d'être. Résistance à se défaire des croyances de son passé ou de ses biens superflus. Caractéristiques des gens qui amassent. Diarrhée : rejet trop rapide des idées nouvelles ou d'une situation. Gastro : incertitude, insécurité. Peur de mourir.

### 94- Influenza

Correspondance à un climat et à des croyances négatives. Peur. Foi dans les statistiques

### 95- Jambes

Nos jambes nous portent vers l'avant. Peur d'avancer vers une nouvelle situation. Peur de l'avenir.

### 96- Jaunisse

Préjugés. Croyances décolorées

### 97- Kyste (tumeur)

Choc, blessure, chagrin, remords entretenus. Fausses excroissances. A) Kystes B) Seins C) Endolorissements = A) Surprotection B) Trop maternel C) Attitudes autoritaires, tranchantes

### 98- Langue

Petits boutons ou langue épaisse : reproches tournés contre soi-même suite à ce qu'on dit

### 99- Laryngite

Peur de dire ce qu'on pense à une personne qui a autorité sur soi et envers qui on garde de la colère et du ressentiment. Peur d'exprimer des opinions avec sa voix. Ressentiment contre l'autorité, colère.

### 100- Lèvres

Être sur le point de dire quelque chose qu'on retient. Feu sauvage : colère retenue. Faux jugement. S'en vouloir pour des paroles échappées. Lèvre supérieure : correspond à son côté féminin+ non rationnel. Lèvre inférieure : correspond à son côté masculin + rationnel

## 101- Mains

L'aptitude à prendre et à laisser aller les idées. Difficulté à se prendre en main pour vivre des expériences nouvelles dans l'acceptation, le don, l'exploration de sa créativité et du toucher (caresses)  
Peur des idées nouvelles.

## 102- Maux de tête

Se mettre trop de pression, de tension dans ce qu'on a à faire. Vivre des émotions de peur.  
Bouleversements émotifs, blessures, incertitude, déception, tristesse et autres

## 103- Ménopause (problèmes reliés à...)

Peur de vieillir, de devenir inutile. Rejet de soi-même. Andropause (homme): peur de se sentir moins efficace

## 104- Menstruation (problèmes reliés à...)

Non acceptation ou rejet de sa féminité. Culpabilité sexuelle. Peur. Croire que les organes génitaux sont péchés ou répugnants. Fausse gêne dans ce qui a trait à la sexualité

## 105- Migraines

(le mal de tête sous forme plus intense) Résistance au courant de la vie. Accès émotifs. Peurs d'origine sexuelle. Blocage au niveau sexuel

## 106- Mononucléose

Penser que les autres sont responsables des contrariétés, de la tristesse et de la solitude de sa vie

## 107- Muscles

Peur extrême qui amène à vouloir contrôler tout et tout le monde. Un grand besoin de sécurité

## 108- Mal du mouvement (ascenseur, auto, air, mer)

Peur de manquer d'air, de demeurer captif, peur de l'inconnu, de la mort

## 109- Meurtrissures

Les petites bosses de la vie

## 110- Nausée (en auto)

Peur. Captivité. Sensation d'être pris dans un piège

## 111- Nerfs Nervosité

Insécurité dans sa communication avec les autres. Anxiété. Nervosité : inquiétude pour ce qui vient. Confusion dans la pensée. Nerf sciatique : peur de l'avenir sur le plan financier

## 112- Nerf sciatique

Peur de l'avenir sur le plan financier

### 113- Nez

Arrêter par ce que l'on ressent des autres face à soi. Difficulté à respirer par le nez : ne pas accepter la vie dans tout ce qu'elle est. Saignement de nez : ne pas se sentir apprécié et aimé. Grand besoin d'amour

### 114- Ongles

Se ronger : rancune d'un parent, se gruger

### 115- Oreilles

Otite: irritation, colère due à ce qu'on entend. Ne veut pas entendre. Surdité : entêtement. Caractéristique de celui qui n'écoute pas et qui ne veut pas entendre ou encore qui a peur de la critique ou d'être influencé

### 116- Os

Indiscipline, non acceptation, révolte contre une situation, contre l'autorité. Les os forment la structure de l'Univers. Se casser un os : culpabilité ou colère face à une personne qui représente l'autorité

### 117- Ovaires

Problèmes face à sa créativité, son désir d'enfanter

### 118- Odeur du corps

Ne pas s'apprécier suffisamment. Peur des autres

### 119- Paralyse

Résistance, désir de fur une personne ou une situation. Choc ou très grande peur

### 120- Peau

Se sentir brimé dans l'expression de sa personne (dans sa façon de penser, dire et agir) dans ce qu'on veut expérimenter. Menacé dans son individualité. Manque de sécurité. Éruptions : moyen infantile d'attirer l'attention

### 121- Pied

Peur d'avancer qui fait piétiner sur place. Peur de l'Avenir. Représente la compréhension de soi-même et de sa vie (passé, présent, futur) Orteils : menus détails dans l'avenir. Pieds d'athlète : Difficulté d'avancer facilement. Frustration de ne pas se sentir accepté. Verrue plantaire : hésitation face à avancer

### 122- Pneumonie (voir Poumons)

### 123- Pression

Haute: problème émotif de longue date non résolu. Basse : tristesse qui engendre le découragement et le défaitisme, la dépression, tristesse

### 124- Prostate

Peur de la diminution de ses capacités sexuelles. Pression et culpabilité au niveau de la sexualité. Foi dans la vieillesse. Abandon, défaite

### **125- Psoriasis**

Peur d'être blessé par une ou des personnes de son entourage, ce qui fait vivre de l'irritation. Insécurité émotionnelle. Quelqu'un te frote dans le mauvais sens

### **126- Pancréas**

Manque de joie, amertume dans sa vie, penser que l'on n'est pas à la hauteur

### **127- Parkinson**

Peur qui amène à vouloir tout savoir et tout contrôler

### **128- Poitrine**

Oppression, désappointement dans sa vie affective. Angine : se sentir étouffé, incompris

### **129- Poumons**

Fatigue de la vie et de ses problèmes. Peur d'aspirer et de respirer la vie. Pleurésie et pneumonie : découragement face à une situation qui semble insurmontable. Désespoir, fatigue de la vie. Blessure à l'émotivité. Perturbation intérieure. S'apitoyer sur son sort

### **130- Reins**

Critique, désappointement, frustration. Sensibilité. Réaction enfantine (désir d'attirer l'attention)

### **131- Rétention urinaire**

Qu'as-tu peur de perdre ?

### **132- Rhumatisme**

Rigidité de sa pensée, ressentiment face à son passé. Manque d'amour. Amertume chronique. Vengeance

### **133- Rhume**

Confusion dans la pensée. Petits heurts. Croyances familiales et au calendrier. Programmation de la période annuelle

### **134- Rachitisme**

Sous-alimentation émotionnelle. Manque d'amour et de sécurité

### **135- Rate**

Être obsédé au sujet de certaines choses. Obsession.

### **136- Respiration**

Refus de prendre la vie telle qu'elle est et d'y prendre la place qui te revient

### **137- Ronflement**

Circulation des idées obstruées. S'entêter dans ses vieilles idées

### 138- Sang

La joie ne circule pas librement dans sa vie affective. Absence de joie. Manque de circulation au niveau des idées. Anémie : ne pas se sentir suffisamment aimé, pas suffisamment bon. Se laisser aller au découragement. Caillot de sang : se fermer à la joie. Leucémie : penser qu'on doit lutter, se défendre contre les autres. Haute pression : problème émotionnel de longue date. Basse pression : tristesse qui engendre le découragement et le défaitisme. Septicémie : s'empoisonner l'existence ou se sentir empoisonné par son entourage.

### 139- Sciatique

Peur de l'argent et de l'avenir

### 140- Scléroses multiples

Pensées dures, très souvent envers soi-même. Difficulté à s'adapter à une situation nouvelle. Grande insécurité. Durcissement de la pensée, sécheresse du cœur. Volonté de fer. Inflexibilité.

### 141- Seins

Relié au côté maternel. "qui veut toujours diriger, tout contrôler". Seins tombants : ne pas se sentir à la hauteur de l'éducation de ses enfants. Douleur, kyste : attitude trop protectrice, trop possessive envers ses dépendants (enfants, mari ou autre)

### 142- Sinusite

Pas pouvoir "sentir" la proximité de "quelqu'un" qui nous irrite. Irritation par une personne fermée

### 143- Sida

Non acceptation de soi, grande culpabilité sexuelle. Sentiment d'être à part.

### 144- Surdité

Qu'est-ce que tu ne veux pas entendre ? Rejet, entêtement, isolation

### 145- Toux

Toux soudaine : critiquer intérieurement ou trouver la situation ennuyante. Nervosité. Toux   répétition : se sentir étouffé dans une situation de confusion

### 146- Toxicomanie (dépendance)

Rejet de soi-même. Peur. Manque d'amour

### 147- Tuberculose

 go sme, ressentiment profond avec désir de se venger. Possessivit . Cruaut  Une maladie rongeuse

### 148- Tumeurs

Fausses excroissances. Blessures et chocs entretenus

### 149- Testicules

Se sentir diminuer par sa masculinité

### **150- Tête (voir aussi Mal de tête)**

Tumeur au cerveau : résistance aux changements dans ses idées et ses principes bien enregistrés. L'ordinateur a mal assemblé les croyances. Entêté. Refus de changer les vieux "patterns" "Rancune profonde

### **151- Thrombose**

Sentiment d'être seul, pas assez bon, de ne pas arriver à faire suffisamment

### **152- Urine**

Peur d'un parent, surtout du père

### **153- Urticaire**

Se faire des montagnes avec rien. Petites peurs cachées. Chercher à attirer l'attention

### **154- Ulcère**

Anxiété, tension, quelque chose qui vous ronge intérieurement. Foi dans la contrainte

### **155- Utérus**

Désir de cesser de procréer. Représente aussi le foyer. Cancer utérin : sentiment d'avoir brisé son foyer

### **156- Vaginite**

Culpabilité sexuelle ou colère avec son partenaire. Peur de perdre quelqu'un ou quelque chose qui nous est cher.

### **157- Varices**

Vivre une situation difficile et qui déplaît. Se sentir surmené, surchargé, découragé. Tolérer un emploi détesté. Réseau des idées bouchées. Négation, résistance.

### **158- Verrue**

Dérangé par ce qui ne correspond pas à la notion de beauté (relié à soi ou à son environnement). Foi dans la laideur. Culpabilité. Haine de soi-même

### **159- Vessie**

Peur de se départir de ses croyances, de ses possessions ou de ses vieilles idées.

### **160- Vieillesse (problèmes reliés au...)**

Croyances dans les idées véhiculées face à l'âge. Croyances transmises par le milieu familial et social. Pensées vieillottes.

### **161- Vertige**

Peur du vide.

### **162- Végétations**

Conflits familiaux. Querelles. Un enfant qui ne se sent pas désiré.

### 163- Vénériennes (maladies)

Culpabilité sur le plan sexuel. Croire que les organes génitaux sont synonymes de péché et de souillure. Besoin de se punir.

### 164- Visage

Représente l'individualité. C'est par ça qu'on nous identifie.

### 165- Yeux

Relié à ce qu'on ne veut pas voir. Ne pas aimer ce qu'on voit dans sa propre vie. Peur de l'avenir. Ne pas voir la vérité. Astigmatisme : désordre intérieur. Peur de découvrir qui on est vraiment. Cataracte : peur de l'avenir qui semble inquiétant et triste, sans espoir d'amélioration. Conjonctivite : colère, déception dans ce qu'on voit. Glaucome : pression émotionnelle de longue date, non pardonnée. Myopie : peur de ce qui s'en vient. Orgelet : colère qui germe intérieurement et réaction à ce qu'on voit autour de soi. Presbytie : inquiétude dans son présent.

### 166- Zona

Nervosité prolongée face à des incertitudes.

## BESOIN ET MESSAGE SPIRITUEL

Ton grand besoin est de t'AIMER, d'accepter tes peurs du moment. Prends le temps de trouver ce dont tu as PEUR POUR TOI dans cette situation. Dieu t'invite à accueillir cette peur qui te pousse à agir ainsi, en te rappelant que tout est temporaire. Il te dit d'accueillir tes limites actuelles et de reconnaître davantage ta propre valeur. Ce n'est qu'après t'être accueilli dans tes peurs et tes limites que tu pourras te diriger vers ce que tu veux vraiment. Souviens-toi que cette partie en toi qui a peur est convaincue de te protéger. Si tu veux vivre heureux et selon les besoins de ton être, rassure-la.

# La solution magique pour guérir toutes sortes de malaises ou maladies !

Mon secret pour guérir presque tout, c'est l'EFT

## Qu'est-ce que l'EFT ?

L'EFT (Emotional Freedom Technic, en français : Technique de Libération Emotionnelle) est une technique de développement personnel. **C'est une sorte d'acupuncture sans aiguille, très simplifiée, de façon à pouvoir être apprise très rapidement par tous.**

**Elle peut permettre à chacun, sans formation particulière, d'améliorer son bien-être** : mieux gérer le stress, mieux vivre des événements difficiles, être plus détendu et tout simplement plus heureux.

Un cycle d'EFT consiste en **une quinzaine de points sur le corps, qui ont pour effet de détendre, d'apaiser**, et qu'on stimule **soi-même** en les **massant** ou en les **tapotant**. Un ou plusieurs cycles d'EFT, effectués en pensant à ce qu'on veut résoudre, produit donc un effet rapide de détente et de mieux-être, et un point de vue plus serein sur la difficulté à surmonter.

## La "recette de base" de l'EFT

À partir de la « recette de base » expliquée ci-dessous, vous pourrez **pratiquer l'EFT vous-même, à propos de TOUT ce qui peut vous gêner et vous préoccuper** « même si j'ai mal à la tête..., même si j'ai eu une dispute avec Untel..., même si je me sens triste..., même si j'ai peur de ce rendez-vous, de cet examen..., etc etc etc. »

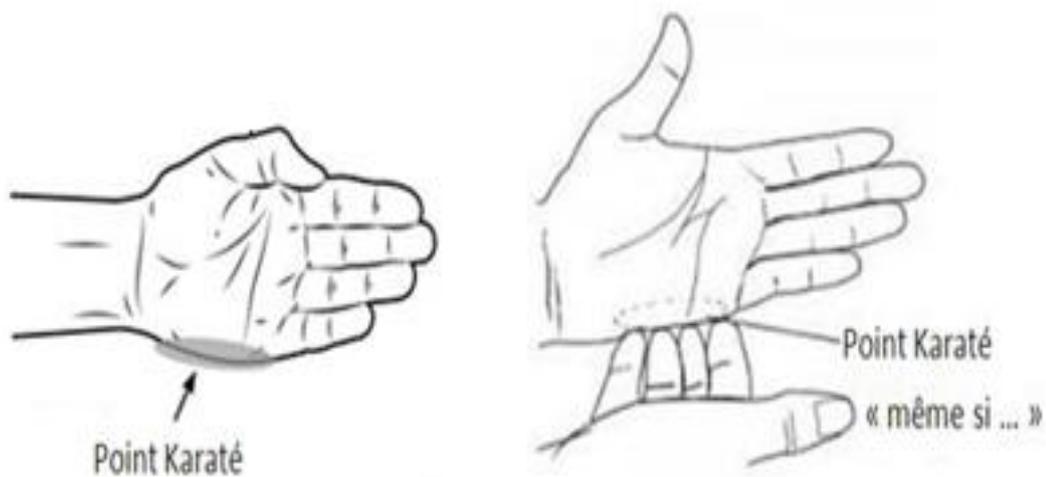
## La « recette de base »:

Vous choisissez un problème particulier.

a). vous évaluez l'intensité de votre stress quand vous pensez à ce problème, sur une échelle de 0 à 10 (ou l'intensité de la douleur). 10 : stress ou douleur maximum; 0 : tout va bien.

b). vous tapotez chaque point 6 ou 7 fois, en vous aidant des dessins ci-dessous. .

Point Karaté : « même si j'ai ce problème, je m'aime et je m'accepte complètement; ce problème vient d'un blocage émotionnel, de croyances douloureuses, d'habitudes de pensée, et je suis en train de le guérir »



Les autres points : vous les tapotez en répétant sur chacun :

« ce problème, ce problème... ».

**Sommet de la Tête (ST)** « ce problème »

**Début du Sourcil (DS)** « ce problème »

**Coin de l'Œil (CO)** « ce problème »

**Sous l'Œil (SO)** « ce problème »

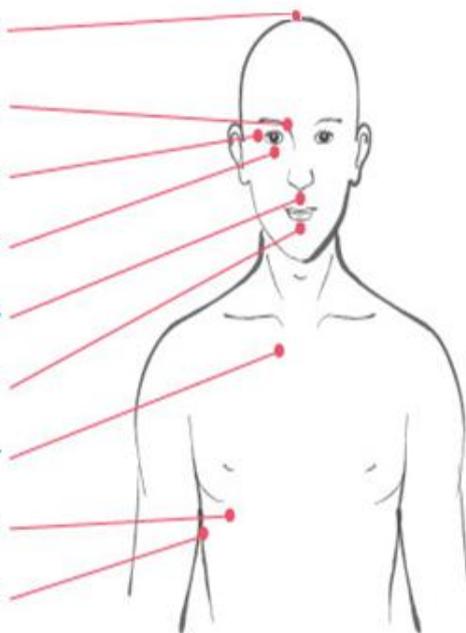
**Sous le Nez (SN)** « ce problème »

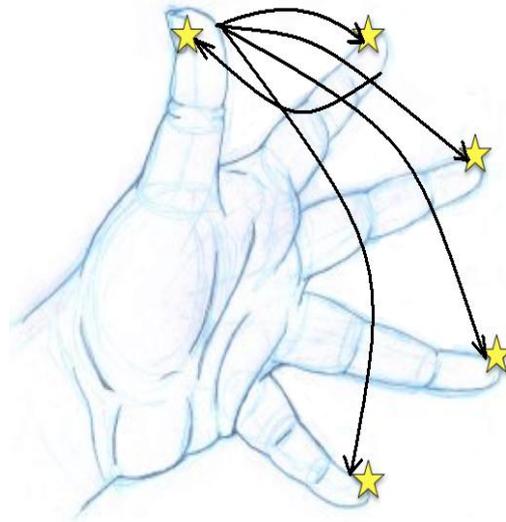
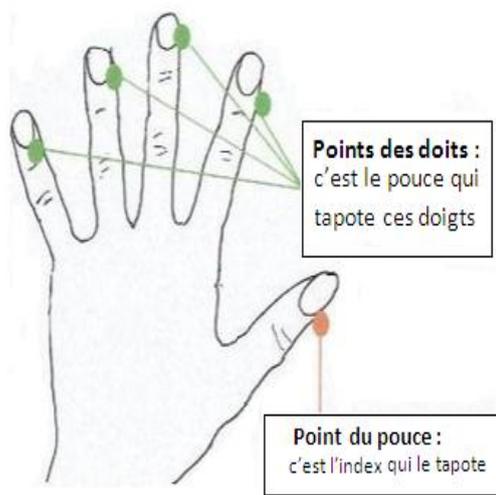
**Sous la Bouche (SB)** « ce problème »

**Sous la Clavicule (CL)** « ce problème »

**Sous le Sein (SS)** « ce problème »

**Sous le Bras (SLB)** « ce problème »





Vous pouvez très bien travailler sur une seule émotion, si vous la ressentez en ce moment. ("Cette colère", "cette tristesse", ou encore "cette douleur" si vous en éprouvez une.).

Vous évaluez de nouveau le stress ou la douleur, et vous recommencez si c'est nécessaire.

Vous pouvez travailler sur les émotions qui ont causé un malaise ou une maladie, en traitant une émotion ou un problème émotif par cycle d'EFT. Jusqu'à la disparition complète du malaise ou de la maladie

***Remarque très importante :***

Vous avez bien lu, **dans la "recette de base", on ne dit que du négatif.**

**Pourquoi ?**

Parce qu'en ayant **des pensées et des émotions qui nous stressent**, tout en tapotant des points qui nous déstressent, on évacue ces pensées et ces émotions, **on les déprogramme.**

# Très important : comment simplifier encore la pratique de l'EFT ?

D'abord, il est indispensable de savoir que :

1. L'ordre des points n'est que mnémotechnique, si on en saute, ce n'est pas grave; la seule règle, c'est que : il vaut mieux tapoter quelques points seulement, que rien du tout.
2. On peut tapoter même sans penser à des phrases : votre cerveau est toujours en action, en train de traiter des informations, de ressentir des émotions : c'est sur cela que l'EFT va agir. (vous pouvez commencer tout de suite, en lisant ça : juste les points des doigts, si vous voulez...).
3. On peut stimuler ces points mentalement, simplement en y pensant : et ça marche aussi bien; je le fais régulièrement avant de m'endormir ou en me réveillant, et ça m'est arrivé ainsi de guérir des choses importantes (autant qu'en tapotant physiquement)

**En conséquence, on peut faire de l'EFT à peu près n'importe quand :**

- Mentalement, comme je l'ai dit plus haut : très utile en cas d'insomnie, quand on est malade et qu'on n'a même plus le courage de tapoter physiquement; très utile aussi dans une file d'attente, dans une réunion où on ne se sent pas très bien, quelle qu'en soit la raison.
- En stimulant seulement les points des doigts, d'une seule main : en regardant un film, en se promenant, et même en conduisant sa voiture mais restez prudents ! 😊

## La « recette de base », ... et après ??

Il y a bien sûr quelques autres points d'acupuncture à prendre en compte, des variantes, des techniques supplémentaires... mais avec cette première approche, très simplifiée, de façon à pouvoir être utilisée tout de suite, il y a déjà de quoi faire 😊

Après, laissez faire votre intuition, votre imagination, les connaissances que vous avez d'autres techniques... ça ne pourra être que bénéfique

Le principal inventeur de l'EFT, Gary Craig, a dit : « *L'EFT est le rez-de-chaussée du gratte-ciel des médecines énergétiques de demain* »... ça laisse toute la place à la créativité de chacun !

Apprenez plus sur l'EFT sur le site : <http://www.yagoa.fr/secrets/2>

*Auteur*

*Dr Mohamed Salah Kiniouar*



**Site web :** <http://www.yagoa.fr/secrets>

**Bibliographie :**

- Article publié sur le net : « La maladie, LE MAL A DIT... Relation entre les émotions et les maladies » écrit par Céline Zenensoi
- Article publié sur le net : « Le langage du corps humain » écrit par Sylvie Maitre Reiki
- Le livre : Ecoute ton corps de Lise Bourbeau
- Article publié sur le net : « Une technique très simple ...L'EFT » écrit par Quentin Cottereau