

# Sébastien Plante

physiothérapeute et ostéopathe

## Les problèmes intestinaux.

Les problèmes intestinaux sont multiples. On retrouve la colite ulcéreuse, la maladie de Crohn, la constipation, la diarrhée, les ballonnements, les hémorroïdes, les crampes intestinales, les appendicites, les cancers, ... Malgré la diversité des symptômes et des diagnostics posés, les causes de tous ces problèmes intestinaux sont majoritairement soit émotionnelles, nutritionnelles ou physiques.

Les causes physiques sont les moins fréquentes. Lorsque c'est le cas, il y a souvent une dysfonction articulaire soit au niveau du bassin, au niveau lombaire ou une cicatrice qui n'a pas été traitée. Si vous ne connaissez pas l'effet indésirable d'une cicatrice non traitée sur vos corps, lisez le livre « Vaincre la douleur et la maladie » car une cicatrice non traitée (césarienne, appendice, foie, vésicule, ..) est souvent source de divers malaises.

Lorsque la cause est alimentaire, il faut en premier lieu s'assurer que nos habitudes alimentaires soit adéquates. Vous devez normalement boire deux litres d'eau par jour pour éliminer vos toxines et bien hydrater votre corps. La majorité de la population est déshydratée sans le savoir et cela perturbe considérablement le fonctionnement du système interne. Ensuite, consommez des fibres alimentaires régulièrement, mangez du yogourt avec le plus faible pourcentage de gras, **éliminez les sucres** et mangez des aliments entiers. Toutes ces informations font également parti du même livre cité plus haut.

Cependant, en Amérique du Nord, beaucoup de carences alimentaires ne viennent pas d'un problème d'approvisionnement mais d'un problème d'assimilation; c'est-à-dire que ce n'est pas l'apport de nourriture qui est problématique mais la mauvaise absorption et assimilation par les intestins due à une perturbation du système nerveux causée par des conflits émotionnels. Il faut savoir que le système nerveux est ce qui contrôle la fonction des intestins. S'il est perturbé, il est fort possible que la fonction des intestins le soit également. Donc, les gens consomment en général beaucoup trop de produits naturels inutilement et ces produits sont éliminés dans les urines ou les selles. Contrairement à ce que certains naturopathes affirment, nous ne sommes pas en carence alimentaire autant que nous le pensons. N'oubliez pas que les produits naturels sont une source monétaire très lucrative pour ceux qui en vendent.

Finalement, la corrélation émotionnelle des problèmes intestinaux est souvent reliée à des conflits de ne pas être capable de digérer ou d'accepter une situation que vous avez vécue ou subie. Il faut donc apprendre à lâcher prise sur

ce que vous n'acceptez pas ou que vous n'avez pas encore accepté et vous verrez l'influence positive sur votre corps. La façon de guérir d'une maladie est le sujet principal du livre « La Vérité en face ». Je vous suggère fortement de lire ce livre car il transformera votre perception de la maladie. Si les gens avaient plus de connaissances, ils agiraient différemment et ne souffriraient pas inutilement! Les conflits touchant le rectum sont souvent représentés par des conflits de saloperie que vous ne pouvez pas digérer et expulser (conflit de rétention). Vous n'arrivez pas à pardonner ce qui s'est passé. Par exemple, un abus sexuel survenu dans l'enfance. Un autre exemple pourrait être une personne âgée qui n'arrive pas à pardonner à ses enfants de l'avoir placé. Les exemples peuvent être aussi nombreux qu'il y a d'individu car vous avez tous une histoire de vie différente. Vous n'avez qu'à vous questionner sur ce qui s'est passé dans votre vie avant l'apparition de vos symptômes, d'en prendre conscience et de résoudre votre conflit. C'est vous qui possédez la clé de votre guérison et non le professionnel que vous consultez. Le professionnel n'est utile que pour vous en faire prendre conscience. Les symptômes touchant le rectum peuvent également être des conflits d'identité. Qui suis-je ? Est-ce que je sens que je fais parti de cette famille? Est-ce que je suis confortable avec mon sexe ou mon orientation sexuelle ?

Lorsque les symptômes apparaissent, les gens paniquent car ils ne savent pas quoi faire. Ils consultent alors avec raison un médecin et un diagnostic médical est posé. Il est évident que ce diagnostic médical ciblera une structure mécanique en cause car la formation universitaire est exclusivement consacrée à la sphère physique. Cependant, il ne faut jamais considérer un diagnostic médical comme une finalité mais comme un point de départ dans la recherche de solutions. Pour guérir, n'oubliez jamais que vous avez toujours une démarche active et parallèle à faire conjointement à votre démarche médicale.

Sébastien Plante  
Physiothérapeute et ostéopathe  
[www.sebastienplante.com](http://www.sebastienplante.com)