

La méthode Être & Savoir

Réveille le génie qui est en toi

Par

Lionel Cras D.C.

*Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction
réservés pour tous pays.*

Merci

à ma femme pour son amour,

à mes enfants pour leur patience,

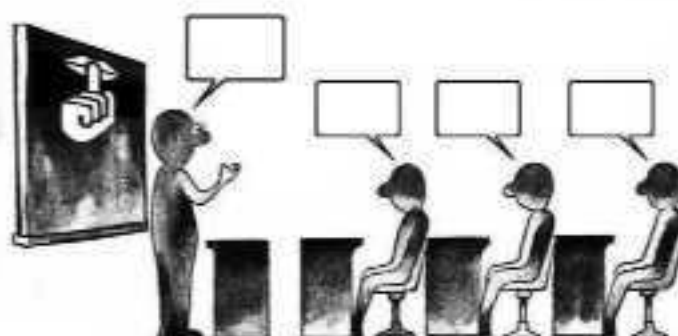
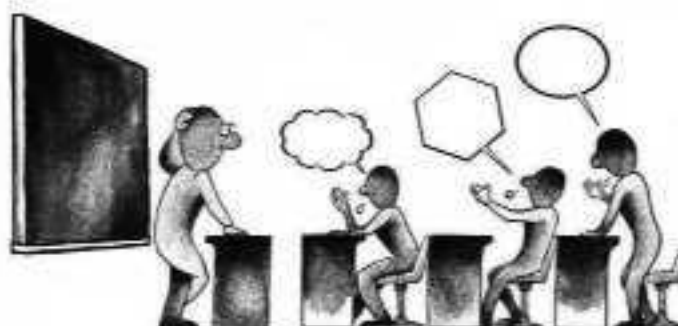
à Chloé, ma consœur, pour sa précieuse aide,

à Fanny, de Artistic Work, pour la réalisation de la couverture,

à vous les enfants pour votre persistance,

à vous les parents pour votre confiance,

Lionel Cras D.C.



Préface

Au travers de ce livre, dans la continuité de mon premier ouvrage « *Mon enfant et l'école – La révolution du Être & Savoir* » et face aux ré-sultats très encourageants des enfants présentant des difficultés scolaires et des troubles du comportement, la question de donner une suite s'est vite posée. Le premier ouvrage avait pris naissance devant les résultats, à ma grande surprise, incroyables de ces enfants en difficultés scolaires. Ils avaient suivi des réharmonisations fréquentielles neurologiques, or-ganiques et émotionnelles, mais aussi un rééquilibrage physique et émo-tionnel en chiropraxie selon l'approche KST (*Koren Specific Technique*).

Après plusieurs années d'investigations, de recherches et d'expérimentations cliniques, l'affinage de l'approche par la création de la méthode Être & Savoir confirment ainsi que ces progrès n'étaient pas dus au hasard, une suite ne pouvait qu'être logique. Je me devais de poursuivre ce chemin que ces enfants, par leur confiance, m'avaient si gentiment montré.



Table des matières

| | |
|--|--------|
| Pourquoi mon enfant est-il en difficulté ? | p. 8 |
| Contradictions, contradictions, contradictions... .. | p. 11 |
| L'avancée des neurosciences | p. 15 |
| Le cerveau et son organisation | p. 20 |
| Connexion, synchronisation | p. 38 |
| La chiropraxie | p. 42 |
| La thérapie quantique, la biorésonnance | p. 52 |
| Les troubles des apprentissages : dyslexie, dysorthographe, dyscalculie, dyspraxie..... | p. 56 |
| Stress et apprentissages | p. 66 |
| TDA, TDAH, THADA | p. 68 |
| L'alimentation | p. 87 |
| neurotransmetteurs et cerveau | p.105 |
| La cohérence cardiaque | p. 109 |
| La méthode Être & Savoir | p. 113 |
| Conclusion | p. 118 |
| Réflexion | p. 119 |
| Bibliographie | p.122 |



Pourquoi mon enfant est-il en difficulté ?

En tant que parent, il est compliqué, voire douloureux d'une certaine manière, de voir son enfant en difficulté, que la difficulté soit sociale, comportementale ou scolaire. Comprendre du mieux possible pourquoi cette difficulté existe-t-elle et comment aider l'enfant de la meilleure manière qui soit, afin de rompre le cercle vicieux dans lequel celui-ci s'auto-entretient, est le souhait de tout parent.

Ce processus, confus, frustrant pour les parents, est un problème se présentant tel un puzzle. Une image, mais construite de combien de pièces ? Bien souvent, l'approche thérapeutique traditionnelle ne voit pas l'enfant dans sa globalité et l'influence des différents systèmes les uns par rapport aux autres, elle ne voit qu'une pièce du puzzle (ou des pièces éparses ?). Lorsqu'ils pensent TDAH, ils pensent premièrement problème d'attention, lorsqu'ils pensent dyslexie, ils pensent problème de lecture, dyscalculie, problème de calcul, pensent l'autisme comme un problème de communication, de socialisation, etc.

Cette perte de fonctionnement n'est pas le problème, mais la manifestation de celui-ci. Devant la longue liste neurologique incluant également les difficultés comportementales, un point central existe : la fluidité de connexion ou de synchronisation cérébrale cerveau droit/cerveau gauche, mise en lumière par le Dr Mellilo, ainsi que la fluidité cerveau antérieur/cerveau postérieur et corps/cerveau. Ce point central de connexion/synchronisation ne doit pas faire oublier les ramifications possibles, tels le digestif, l'intestin (notre deuxième cerveau), l'alimentation, les toxicités, l'hormonal, etc., qui peuvent perturber le bon fonctionnement du système nerveux si l'on souhaite un mieux-être chez l'enfant.

Ce point central de connexion-synchronisation, présent dans presque tous les cas, peut se résumer en deux lettres : D-D problème que je nommerai S2DF pour Syndrome de Déconnexion/Désynchronisation Fonctionnel. Simplification des mots déconnexion/désynchronisation.

Il est important d'avoir conscience et connaissance de ce problème, de ce S2DF ou syndrome de déconnexion/désynchronisation fonctionnel, afin de comprendre le problème sous-jacent dans de nombreux troubles.

Le nombre d'enfants présentant des difficultés scolaires, dyslexie, dyscalculie, dyspraxie, toute la panoplie des « dys », troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité, hyperactivité, etc., ne cesse d'augmenter. Devant ces difficultés d'apprentissage, ces difficultés comportementales, les parents et le corps professoral se trouvent bien souvent démunis. Toutes les approches connues, orthophoniques ou logopédiques, psycho-logiques, etc., proposent une aide incontestable, mais limitée de par le fait que l'aide ne vient que de l'extérieur. Pour bon nombre d'enfants, même si certains progrès sont notables, la fragilité reste présente. Les améliorations doivent prendre naissance de l'intérieur de l'enfant pour qu'elles puissent s'exprimer à l'extérieur.

En l'occurrence, ce point peut paraître négligeable et pourtant, c'est ce qui fait la force de la thérapie quantique et de la chiropraxie. Ces problèmes scolaires doivent être considérés comme de véritables puzzles tant dans la problématique que dans la thérapeutique. J'ouvre une parenthèse sur ces difficultés scolaires : l'enfant est-il seul responsable de la situation dans laquelle il se trouve ? La dyslexie est-elle un réel problème ou simplement la réalité d'enfants qui fonctionnent cérébralement différemment ? L'hyperactivité, existe-t-elle réellement ? Comment se fait-il que certaines personnes telles Ron Davis parlent de don caché derrière la dyslexie ? Ronald D. Davis a écrit un livre « *Le don de dyslexie* », le psychiatre français Patrick Landman écrit sur l'épidémie de l'hyperactivité, et si l'hyperactivité n'existait pas ?

Certes, certains enfants présentent des prédispositions, des difficultés, si l'on veut parler de difficultés, des problèmes de déconnexion-désynchronisation cérébrale. Et s'il suffisait d'aider leur corps à fonctionner de manière plus fluide dans le monde actuel et surtout de comprendre comment ces enfants fonctionnent, quels sont leurs points faibles, leurs points forts, de comprendre comment ces enfants tentent de fonctionner dans une société qui leur est étrangère ?

Il serait peut-être temps que les systèmes éducatifs, politiques se posent les bonnes questions quant à leurs modes fonctionnement et à leurs conséquences.

Contradictions, contradictions, contradictions ...

Sur certains points, ne vit-on pas dans un monde de contradiction ? D'un côté nous observons des avancées technologiques sans précédent. L'information du monde est pour ainsi dire au bout de nos doigts. Nous pouvons communiquer avec qui nous voulons, et ceci juste avec un smartphone. D'un autre côté, nous observons une ascension, bien inquiétante, alarmante du nombre d'enfant présentant des difficultés d'intégra-tion voir de communication.

La société, le monde se retrouve face à un nombre d'enfants diagnos-tiqués à tort ou à raison, avec le spectre du syndrome dys —, dyslexie, dyspraxie, etc., mais également hyperactivité, trouble de l'attention, trouble du comportement, désordre obsessionnel compulsif, syndrome d'Asperger, syndrome autistique, trouble du comportement ou tout autre problème inquiétant, effrayant pour les parents. Nombre qui ne cesse d'augmenter. Cela nous révèle que quelque chose ne fonctionne pas correctement, entre autres au niveau du cerveau, pièce majeure de ce puzzle. La société, l'éducation ne doivent absolument pas être occultées, mais ceci est un autre débat. Il existe d'autres pièces que nous ne pouvons omettre si nous souhaitons éviter la piste tant facile du « c'est génétique, alors... ».

En effet, les facteurs génétiques n'expliquent que la prédisposition d'un enfant à ces troubles. Ce sont les facteurs environnementaux et de développement qui

façonnent le terrain permettant ou non le déclenchement ou la gravité des troubles.

Voici ce qu'en dit le Professeur Francis Collins, directeur du *National Institutes of Health* et l'architecte du projet du *Génome Humain* : « Les gènes seuls n'expliquent pas toute l'histoire. L'augmentation récente des maladies chroniques telles que le diabète, l'asthme, l'obésité ou l'autisme chez les enfants ne peut pas être due à des changements dans le pool génétique humain étant donné que ces changements prendraient beaucoup plus de temps pour se mettre en place. Elle doit être due à des changements environnementaux, y compris alimentaires et d'activité physique, qui peuvent provoquer la maladie chez des personnes génétiquement prédisposées ».

Chaque désordre est complexe et bien souvent celui-ci implique tous les systèmes du corps humain. Il existe bien de grandes lignes, mais gardons à l'esprit que chaque enfant présente sa propre dyslexie, hyperactivité, trouble de l'attention, etc. La science, à la recherche de solutions, ne prend pas en charge le corps humain dans sa globalité. Elle se focalise sur ce qu'elle voit. L'hyperactivité, par exemple, concerne un enfant qui bouge tout le temps avec ou sans problèmes d'attention. La dyslexie est un problème de lecture. L'autisme est un problème de communication. Peu de personnes ont cherché d'autres voies qui pourraient être perturbées chez ces enfants, voies, perturbations en apparence sans trop de rapport avec le trouble, générant et entretenant le cercle vicieux. Voies pouvant aider la recherche d'indices sous-jacents au problème.