

## Le Dr Gaétan Brouillard et l'importance de la pensée dans la santé



Diplômé en 1976 de l'Université de Montréal, le Dr Brouillard est médecin-conseil à l'hôpital Maisonneuve Rosemont où il a été chargé d'enseignement clinique pendant plus de 35 ans. Il possède une expertise dans la pratique de la médecine préventive – style de vie, nutrition, suppléments, gestion du stress, hormones – ainsi que dans les traitements de la douleur chronique et la médecine fonctionnelle.

Il a suivi la formation de L'Institute of Functional Medicine américain et il a rédigé plusieurs articles sur le renouveau de la médecine dans la revue l'Actualité Médicale. Il s'est intéressé aux médecines complémentaires dès 1982 et il a obtenu un diplôme en acuponcture. Subséquemment il a acquis des compétences dans divers domaines telles la naturopathie, l'ostéopathie et l'hypnothérapie.

Reconnaissant l'homme dans sa globalité, reconnaissant l'unité corps et esprit, il s'est passionné pour le yoga ainsi que pour la médecine énergétique lors de voyages au Népal, au Tibet, en Thaïlande et en Inde. Il encourage la recherche d'une médecine globale axée sur l'individu et non sur la maladie et prône l'intégration pour une vision renouvelée de la médecine honorant la grandeur et l'unicité de chaque être humain. Il est l'auteur du livre La santé repensée, paru aux Éditions de l'Homme, et dont le tirage dépasse déjà les 55 000 copies vendues.

[Source : Pour une médecine du corps, du cœur et de l'esprit, article de Marie-Josée Tardif]



« Nous sommes des êtres magnétiques au point que nos pensées, qui gravitent autour de nous, attirent des événements qui se matérialiseront tôt ou tard dans notre vie. En effet, à notre insu, nous invitons toutes sortes de situations dans notre existence. Les pensées – peurs, et appréhensions – se concrétisent, et notre vie se déroule comme nous l'avions imaginé. Nos pensées sont puissantes et créatives, et cela, sans que nous le demandions. Elles interviennent dans notre vie selon la loi de l'attraction. Il suffit de penser au bonheur pour que le corps réagisse favorablement et éprouve de la joie. Une pensée négative et vous voilà malheureux et pitoyable. Il suffit d'un seul instant, d'une seule pensée pour que « votre monde s'écroule autour de vous ».

Trop souvent, hélas !, nous mettons les freins à notre réussite en nous chargeant du poids inutile de nos peurs. Notre langage est souvent négatif, tout comme nos pensées. La loi de l'attraction n'est pas du simple positivisme et encore moins de la pensée magique. Même si, à bien y penser, des pensées positives dirigées et intentionnées positivement et en harmonie avec l'Esprit peuvent créer de la magie. Il s'agit d'un véritable travail sur soi, une action intelligente de conscientisation de tous les instants. Nous avons un rôle actif à jouer dans le cours des événements, tant sur le plan personnel que planétaire. Nous sommes redevables de qui nous sommes et de cette planète avec qui nous vivons de façon symbiotique. »

Dr. Brouillard

« La médecine n'est pas encore arrivée à ce niveau de compréhension, mais on sait très bien maintenant, par intuition et par expérimentation, que les messages psychologiques non verbalisés, retenus, vont se condenser, se matérialiser dans le corps physique et se manifester sous forme de maladie. »

« À la rigueur, on pourrait même dire que la maladie est une leçon de vie qui nous parle. Chaque fois qu'une maladie se présente, prenons le temps de nous examiner, de voir ce qui se passe dans notre vie. »

Dr Brouillard (Pour une médecine du corps, du cœur et de l'esprit)

Comme ce docteur, de plus en plus de médecins tendent à considérer que nous sommes responsables de notre état de santé et que le pouvoir de guérison réside en nous-mêmes (selon la manière dont nous agissons, nous nourrissons, choisissons notre environnement, gérons le stress, pensons, etc.).

Et l'épigénétique tend même à démontrer que notre génétique peut changer (selon ces mêmes variables présentées succinctement ci-dessus).

Notre volonté semble cependant encore insuffisante pour, par exemple, régénérer nos dents cariées, nos disques vertébraux lésés, nos membres coupés... Peut-être nous manque-t-il pour cela un lien plus solide avec la Volonté supérieure, celle qui est probablement à l'origine du cosmos et en particulier de la vie terrestre.

---

Voir aussi :

- La douleur du corps pourrait être liée à la douleur spirituelle et émotionnelle
- Prendre sa santé en main
- Les scientifiques prouvent que l'ADN peut être reprogrammé par nos propres mots