

LES BOUGIES AURICULAIRES

Jili Hamilton

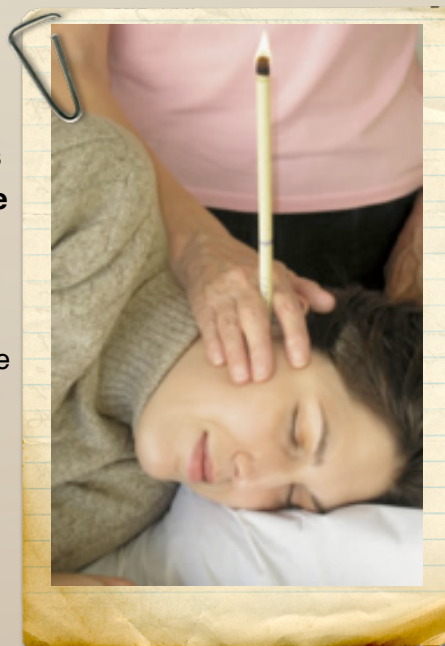
info@jilihamilton.com

TÉLÉPHONE
+41 (0)22 340 13 36

Les soins par bougies auriculaires et le stress

Avez-vous parfois l'impression que vous allez exploser ? Qu'un rien vous met hors de vous ? Vous fondez en larmes pour une bagatelle ? Vous dormez mal suite à une rupture ? La seule pensée d'aller à nouveau travailler chaque jour vous déprime ?

Est-ce que votre travail exige de vous davantage que ce que vous êtes en mesure de donner, et que vous ne puissiez faire autrement car vous vous y êtes déjà trop investi pour pouvoir prendre du recul ? Vous souffrez probablement de stress, l'un des maux qui minent notre époque, un problème qui n'existait pas alors que nous vivions une vie moins trépidante, plus simple. Que pouvez-vous faire contre le stress ? Si vous ne pouvez pas changer votre situation, comment faire pour mieux la supporter ? Avant de devoir faire de trop fortes concessions, avez-vous déjà songé à tester d'autres méthodes ? La méditation ? La relaxation ? Des soins par bougies auriculaires ? Il est probable que vous en ayez déjà entendu parler, peut-être comme s'il s'agissait d'une plaisanterie, ou d'une forme de nettoyage de l'oreille, mais savez-vous exactement ce que les bougies auriculaires peuvent vous apporter ?





UN PEU D'HISTOIRE

Il faut savoir que les soins par bougies auriculaires sont utilisés depuis des milliers d'années dans de nombreuses régions du monde. Ils sont parfois taxés d'être de simples " remèdes de bonnes femmes ". Or, nombreux sont ceux que l'on redécouvre aujourd'hui et dont les résultats sont excellents.

Simple d'utilisation, les bougies auriculaires sont des tubes ou des cônes creux de coton ou de lin, imprégnés de cire d'abeilles et de différentes herbes. Pour traiter certains maux liés aux oreilles, certains peuples y insufflaient de la fumée. A Chypre, on ajoute du miel à ce mélange afin d'empêcher que les bougies ne se consomment trop rapidement car celles-ci sont en papier. On a aussi retrouvé des cônes en verre et en argile dans plusieurs régions du monde.

LE TRAITEMENT

La bougie ou le cône est placé(e) juste à l'entrée du canal auditif, puis allumé(e) en haut. Au fur et à mesure que la bougie/le cône auriculaire se consume, une douce chaleur descend en spirale et agit comme un massage du tympan et stimule le système immunitaire. Nous savons qu'un bon fonctionnement du système immunitaire est déterminant pour être en bonne santé et que celui-ci

Informations sur l'auteur

Jili Hamilton utilise les bougies de traitement auriculaire dans ses thérapies depuis plus de 20 ans ; elle a publié le premier ouvrage en anglais sur ce thème, ainsi que le seul ouvrage disponible actuellement en français sur le sujet. Une version en italien est en cours de traduction. En 2006, elle a fait partie des principaux intervenants conviés à la conférence internationale sur les bougies de traitement auriculaire qui s'est tenue au Royaume-uni. Jili Hamilton parle couramment l'anglais et le français. Vous trouverez des informations détaillées sur les cours proposés et les ouvrages mentionnés en consultant le site www.jilihamilton.com.

N'hésitez pas à faire part de vos questions à Jili Hamilton : info@jilihamilton.com.

ne dispose pas de " système de pompe autonome " (contrairement à l'apport sanguin qui dépend du cœur) pour acheminer le liquide lymphatique qui collecte les toxines accumulées dans l'organisme.

Les points d'acupuncture de l'oreille sont également traités dans le même temps, tandis que six des principaux méridiens (lignes énergétiques du corps selon la médecine chinoise), y compris les méridiens impliqués dans le traitement des allergies ont pour source ou terminaison un point situé entre le nez et l'oreille. La bougie auriculaire diffuse donc de l'énergie à travers tout le corps en utilisant les méridiens qui le traversent.

Ce traitement, appelé othérapie, est accrédité en Suisse par l'ASCA (Fondation pour la reconnaissance et le développement des thérapies alternatives et complémentaires). Les principales associations professionnelles et assurances maladies complémentaires remboursent les soins prodigués par des thérapeutes ayant suivi une formation auprès de moi et qui sont agréés par l'ASCA.

Les bougies auriculaires et le stress

LE TRAITEMENT DU STRESS

En premier lieu, il faut se rendre à l'évidence qu'il n'existe pas une seule manière de traiter le stress et, souvent, c'est en combinant judicieusement plusieurs traitements que l'on arrive à lutter efficacement contre ce dernier. Mais que peuvent bien apporter les bougies auriculaires ici ? Laissez-moi vous donner quelques exemples :

Lors de mon tout premier salon, une jeune femme qui tenait un stand en face du mien décida de tester ce traitement. Plusieurs jours plus tard, elle se retrouva à ne plus pouvoir s'empêcher de pleurer. Que lui était-il arrivé ? Elle venait de traverser une rupture sentimentale et se remettait de la tristesse qu'elle avait éprouvée. Elle m'expliqua qu'elle avait ressenti ses pleurs comme des larmes non de douleur mais de soulagement, et qu'elle s'était sentie apaisée après.

Voici quelques exemples encore.

Un propriétaire de restaurant très occupé consulta un thérapeute pour un problème différent. Lors du premier traitement, les bougies auriculaires firent peu d'effet, si ce n'est qu'il pleura beaucoup, ce qui ne lui était pas arrivé depuis qu'il était enfant. Il sortit " lessivé " de cet épisode, mais celui-ci lui permit aussi de se sentir beaucoup mieux après coup et de recouvrer sa sérénité.

Un autre thérapeute rapporta qu'une patiente qui se faisait du souci en raison de problèmes que rencontrait son fils adulte, ressentit un énorme besoin de pleurer à l'issue de la troisième séance, et de laisser sortir tout ce qu'elle n'avait pas pu exprimer par des mots jusqu'alors.

Un thérapeute-masseur qui travaille une fois par semaine dans un centre pour adultes ayant des difficultés d'apprentissage propose un traitement à la bougie auriculaire à toute personne qui se sent agitée.

Toutefois, un thérapeute a rapporté le cas d'un patient qui, lors de la seconde séance de traitement, effectuée côté droit, devint très agité. Une fois le traitement



entièrement achevé, il chercha un endroit calme pour faire des exercices de respiration profonde. Il s'était disputé avec un collègue de travail, et la séance à la bougie auriculaire avait sans doute fait ressurgir cette frustration vers la surface au lieu de la laisser l'ulcérer davantage.

Vouloir étouffer sa douleur, sa colère ou sa frustration peut avoir un impact très négatif sur la santé, et sur la vie elle-même, et tout remède contre cette situation est le bienvenu. Les bougies auriculaires ont prouvé sans aucun doute qu'elles peuvent fournir une telle aide.

Les bougies auriculaires et le stress

FAQs / Foire aux questions

Quelle est la fréquence de traitement conseillée ? A chaque fois que vous vous sentez épuisé, en colère, démuni, etc., et que vous ne trouvez pas de temps pour vous reposer, à la fin de la journée par exemple. Vous pourriez consacrer une soirée, voire un week-end, à votre bien-être, en utilisant des bougies qui, combinées à des huiles essentielles, de la méditation et de la musique douce, etc. vous feraient le plus grand bien.

Qui doit prodiguer le traitement ? Dans un premier temps, un thérapeute qualifié est la personne indiquée pour effectuer le traitement. Une fois que vous avez compris la manière d'utiliser les bougies, un partenaire prêt à vous aider pourra effectuer lui-même le traitement.

Qu'est-ce qu'un thérapeute qualifié peut faire d'autre ? Il/elle sera le mieux placé pour vous conseiller en matière de régime ou vous donnera d'autres consignes à tenir.

Les bougies auriculaires agissent-elles uniquement au niveau du stress ? Non. Dans mon livre, j'ai mentionné de nombreux exemples de personnes qui ont été surprises de constater que les soins par bougies auriculaires agissent sur tout le corps et qu'ils avaient également pu résoudre un problème qui, a priori, n'avait rien à voir avec leur stress.

Les bougies auriculaires ont-elles d'autres propriétés ? Absolument. Il y a énormément de choses à apprendre sur les bougies; c'est pourquoi j'ai publié un ouvrage sur le sujet (*Les bougies auriculaires et leurs bienfaits méconnus*, éd. Indigo-Montangero). Mais je continue moi-même d'en apprendre de nouvelles. C'est également la raison pour laquelle je forme des thérapeutes à ce traitement, car seul un thérapeute peut avoir une vue globale d'un problème, poser les bonnes questions, vous donner les

bons conseils et évaluer le nombre de traitements nécessaires.

Où puis-je trouver un thérapeute qualifié ? Pour obtenir davantage d'informations, vous pouvez visiter mon site web ou me contacter.

Je ne suis pas thérapeute, mais je souhaiterais être formé à cette technique : Pour obtenir les détails sur mes mini-cours, veuillez me contacter.

Je suis thérapeute et je souhaite participer à une formation professionnelle : Mes cours peuvent être organisés partout, à une date souhaitée. Veuillez me contacter pour plus de détails.



Clause de non responsabilité

Les conseils ici ne sont pas considérés comme un traitement médical, et n'escomptent en aucun cas remplir cet objectif.

Il convient en toutes circonstances de suivre les instructions fournies avec les bougies auriculaires ou de demander conseil auprès d'un praticien expérimenté des bougies auriculaires. Toute information contenue dans cette feuille a pour but d'accroître le savoir sur les bougies, leurs origines et leur emploi, mais ne remplace pas un avis médical ou un traitement à suivre en cas de problème médical particulier.