

1 Pteridophyta

Essence

Cette personnalité doit intégrer les règles et les normes de la communauté et de la société. Lorsque ce processus est forcé, elle doit se réprimer. Il s'agit d'un conflit entre l'authenticité et la conformité. Dans les premières années, il s'agit d'un conflit entre l'authenticité et la sécurité, car l'enfant doit s'adapter à ses parents pour survivre. Le conflit s'aggrave lorsque les normes ont perdu le contact avec leur réalité intérieure, lorsqu'elles deviennent des formes sans contenu. La peur du rejet est sous-jacente. Cela peut conduire à la suppression de soi-même et à l'adoption d'une personnalité qui intègre les règles. La forme devient plus importante que le moi. Arno Gruen appelle cela le mensonge fondamental dans son livre « The Insanity of Normality ». Le résultat est que le vrai moi est supprimé et que l'on a le sentiment que quelque chose ne va pas, que l'on n'est pas assez bien. Cela donne le sentiment d'être coupable et mauvais. On se déconnecte de son moi intérieur, de ses sentiments et de sa conscience, de sa responsabilité et de son amour. Il s'agit d'une forte dissociation. On est dissocié de son propre être, de son propre noyau. On se perd dans le processus de socialisation. On se déforme dans le processus de normalisation.

Normopathie

Les problèmes surviennent lorsque les normes et les règles deviennent plus importantes que la vie, lorsque l'on n'a plus le droit d'être soi-même. Il faut suivre des normes, des formes, des codes, des règles, des routines, des devoirs, des obligations et des ordres. Et on doit les suivre sans se soucier de savoir si elles ont un sens ou non, si elles sont préjudiciables à notre bien-être ou non. Les normes deviennent une maladie: La normopathie. La normopathie trouve son origine dans le fait d'être forcé, forcé par les parents, les enseignants, les directeurs, les généraux, les rois, etc.

- Il faut s'adapter au modèle, à la grille, au harnais.
- L'endocritement par la contrainte, l'entraînement, les brimades, les moqueries, le rejet, l'ostracisme, l'humiliation, la moquerie, la dérision.
- Assimilation des normes par imitation, intrication, pression douce, séduction, éloge, achat.
- En dernier recours, on est contraint par la violence et la torture.
- Maladies de la socialisation, de la normalisation, de la civilisation.
- Maladies dues à la domestication, chez les animaux, par les jougs, les harnais, les selles, les grilles, les rênes.

2 Forces de Normalisation

Famille

Le forçage provient souvent d'une éducation stricte et étroite. Leurs parents avaient des règles très strictes, où la discussion n'était pas possible. Les parents donnaient des réponses telles que « parce que je le dis » ou « ta volonté est nulle ». Les parents ne les écoutaient pas. Ils devaient simplement obéir. Les parents pouvaient laisser les bébés pleurer pendant des heures, pensant qu'ils seraient gâtés lorsque quelqu'un s'occuperait d'eux, leur donnerait des soins, de la chaleur et de l'attention. Ce type d'éducation a été fortement encouragé par des psychologues comme Spock. Un pas de plus et ce type d'éducation est imposé par la violence physique.

18

Dans leur jeunesse, il y a eu un manque d'échanges émotionnels. Ils se sentaient souvent très seuls, devant gérer leurs émotions par eux-mêmes. Leur famille était comme des îles dans une mer où il n'y avait pas de véritable contact. Même lorsque les parents étaient aimants en arrière-plan et s'occupaient bien d'eux physiquement, ils ne se sen-

taient pas appréciés pour ce qu'ils étaient. Ils ne se sentaient pas soutenus dans leur individualité, dans leur développement personnel et émotionnel.

Maladies dues à être un fardeau pour leurs parents, d'être non désirés, rejetés, battus, tourmentés, ridiculisés, maltraités par leurs parents ou leurs frères et sœurs.

École

L'adaptation et l'incorporation des normes et des règles se font à l'école. Les règles sont, et étaient encore plus, très strictes et sévères, en particulier dans les institutions telles que les internats. Il n'y a souvent pas de place pour les problèmes émotionnels à l'école. Il suffit d'apprendre les règles, les règlements du comportement correct. Il faut rester silencieux, assis, même lorsque les leçons sont ennuyeuses et n'ont aucun sens pour la vie. À l'origine, les écoles ont été créées pour préparer les jeunes aux usines, avec leurs règles strictes et leurs emplois du temps.

- L'aversion pour l'école, ses règles et ses matières ennuyeuses et insensées.
- Désir d'aller à l'école, de s'y intégrer parfaitement.
- Endoctrinement par les enseignants, les camarades de classe, l'internat.
- Maladies dues aux institutions froides, à l'internat, aux hospitalisations.

Armée

La forme ultime d'adaptation aux modèles est l'armée. La chose la plus importante que l'on doit apprendre en tant que soldat est d'obéir. Cela signifie qu'il faut obéir sans poser de questions, sans même réfléchir à d'autres solutions. On n'a pas son mot à dire sur ce qui doit être fait. On doit simplement faire ce qui est ordonné, même si c'est en grave contradiction avec sa propre conscience. On est tellement formaté que toute volonté propre et toute réflexion ont été supprimées. On est réduit à une machine à tuer.

Travail

Les règles et l'ordre sont encore plus nécessaires au travail. Il faut obéir au chef et au directeur, il faut respecter l'horaire. Leurs parents avaient souvent de bonnes intentions en leur donnant une éducation stricte. Ils voulaient préparer leurs enfants à la société, à la communauté, afin qu'ils aient une bonne vie plus tard avec un bon revenu. Endoctrinés par la profession, les médias, les directeurs, les managers, la police, les clubs, les associations.

- Maladies dues au travail monotone et répétitif, aux chaînes de montage, aux machines, aux robots ou aux zombies.

3 Aspects de Normalisation

Obéissance. Hiérarchie

Un aspect important et fondamental est que cette personnalité se sent petite et faible. Elle peut se sentir comme un enfant par rapport à ses parents, comme un élève par rapport à ses professeurs, comme un ouvrier par rapport à son patron, ou comme un citoyen par rapport au gouvernement, à la police et à l'armée, ou comme un patient par rapport aux médecins. Ils ont le sentiment de ne pas avoir le pouvoir d'être eux-mêmes. Ils pensent qu'ils doivent obéir pour être acceptés, pour faire partie de la communauté, pour appartenir au groupe. L'aspect hiérarchique est très présent. Les circonstances et les autres personnes sont si puissantes qu'il n'y a pas d'autre choix que d'obéir.

Réprimer ses pensées, ses émotions et ses objectifs, soi-même.

19

- Obéissance, adaptation, acceptation, docilité, collaboration, succomber.
- Suivre le chef, les parents, la famille, les enseignants, les médecins, les prêtres, la police, l'armée, le gouvernement.

- Douceur, ne pas remettre en question le système, la culture ou la hiérarchie.
- Majorité silencieuse.
- Devenir un sujet, subordonné, impersonnel.
- Pathologie de l'adaptation pour éviter la douleur du chaos intérieur.
- Politique de la réalité, manque d'empathie, totalitarisme.
- Fan de la famille royale.
- Domination raciale.

Déni de soi

Ils doivent refouler leurs propres sentiments et objectifs pour ne pas être rejetés. En particulier lorsqu'ils sont jeunes, ils doivent réprimer leurs sentiments lorsqu'ils sont forcés. Enfant, il faut réprimer sa colère lorsqu'on est battu par son père. Derrière cela, il y a la peur d'être rejeté et renvoyé, et donc de perdre sa sécurité. C'est le conflit entre l'authenticité et l'adaptation, comme le décrit Gabor Maté. Arno Gruen le décrit comme la trahison de soi, le mensonge fondamental.

Le mensonge fondamental: la coupure avec le moi intérieur.

- Négation de soi, mépris de soi, haine de soi, amputation de soi, trahison de soi.
- Se réprimer par peur d'être jugé, critiqué, puni, rejeté.

Destruction

Le déni de soi peut devenir si fort qu'il se transforme en haine de soi. Cette haine de soi est insupportable et doit être réprimée, mais elle se manifeste ensuite par des pensées et des actions destructrices projetées sur le monde.

Le crime d'honneur en est un bon exemple: un membre d'un groupe est assassiné parce qu'il n'a pas respecté les règles et les normes du clan.

Dissociation cachée

Le déni de soi conduit à une suppression du monde intérieur. Cela fait que le problème est caché, le patient lui-même ne connaît plus la source de ses problèmes. Il est donc difficile pour les thérapeutes de voir le vrai problème. L'exemple d'un cas de Lepisorus macrosphaerus peut illustrer cette situation. Le patient était en conflit avec sa femme au sujet de la sexualité. Il pensait qu'elle devait être sexuellement réceptive pour lui car elle était sa propriété après le mariage. Nous voyons ici la rigidité des idées. Mais ce qui est derrière, on ne le voit pas. Il s'est senti mal aimé à cause d'une enfance sans amour. Il essaie de se sentir aimé et utilise le sexe pour cela.

- Déconnexion, dissociation, éloignement.
- Enfermés à l'intérieur d'eux-mêmes.

4 Conséquences de la Normalisation

Sans vie, vide

En raison de la suppression du moi, ils deviennent vides. La suppression de leurs propres émotions et sentiments, de leurs propres objectifs et désirs, de leurs propres pensées et visions de la vie fait que la vie devient inerte, sans émotions, grise et plate. On se dissocie de soi-même.

- Se sentir sans vie, inerte, engourdi, vide, plat, gris, apathique, désintéressé.
- Manque de vie, d'émotions, de créativité, de vision, de réflexion.
- Manque de bonheur, de joie, de vivacité, de plaisir, d'enjouement, de spontanéité, d'empathie.
- Manque d'individualité, d'aspirations, d'ambitions, de curiosité, de regret, de conscience, de culpabilité.
- Incolore, gris ; rêves incolores.
- Vivre de manière végétative, se sentir amputé.

- Considérer les gens, les animaux et les plantes comme des êtres sans vie, des machines, des robots.
- Traiter les gens et les machines comme des machines, des esclaves, qui font le sale boulot.
- Le chaos intérieur, dû à la perte de contact avec le cœur, le moi.
- Identité éclatée, vide qui doit être comblé par une pseudo-identité.
- Léthargie, dégoût de la vie.
- Négation de l'authenticité, de la spiritualité, de soi.

Façade ou normalité

Le refoulement du moi conduit à une vie conforme aux normes. Ils vivent avec une façade. Leur monde intérieur est caché, consciemment ou inconsciemment. Ils donnent l'impression d'être impersonnels, irréels, faux, mensongers. Il n'y a que la forme, sans contenu. Il n'y a que l'extérieur, pas d'intérieur. Plus les traumatismes de la petite enfance ont été nombreux, plus ils ont été réprimés et sont devenus inconscients, et plus ils se comportent selon les exigences, mais sans le vouloir, ni le savoir. Ils se comportent comme c'est attendu d'eux, ou comme ils pensent que c'est attendu d'eux. Cette façade de normalité est très bien exprimée par Jörg Wichmann lorsqu'il note les expressions de la personnalité Lycopodium. En l'espace de quatre minutes, le patient dit neuf fois « naturellement » et cinq fois « c'est évident ». D'autres expressions sont utilisées: « c'est le seul moyen », « je suis obligé », « c'est gênant de montrer ça en public, n'est-ce pas », « c'est très souvent le cas », « c'était souvent le cas », « tous les hommes ont ce genre de problème », « tout le monde souffre de ça ». Ces propos et bien d'autres expriment tous le besoin d'être le plus normal possible, en d'autres termes, de se présenter le plus normal possible.

Il n'y a pas de contact réel, seulement des bavardages. Ils veulent être normaux, être considérés comme normaux. Ils ne veulent pas être exceptionnels, se distinguer de leur environnement. Mais ils peuvent être très bons dans les commérages où ils confirment les normes, en jugeant et en condamnant les anormalités et les déviations, les anomalies et les divergences. Ils contrôlent leurs idées en restant fermés et silencieux. Ils préfèrent être normaux comme tout le monde afin d'éviter les critiques et la honte.

Une expression typique est l'uniforme. On est reconnu par l'extérieur et non par l'intérieur. L'extérieur a pris le dessus. La forme est plus importante que le contenu.

- Secret, caché, par honte, par culpabilité, par peur de la critique, du rejet, de la punition.
- Silencieux, taciturne, incapable de s'exprimer.
- Conventionnel, conformisme.
- Enfermement sur soi, comme défense.
- Peur d'être jugé lorsque les autres verront ce qu'ils ressentent et pensent à l'intérieur.
- Irresponsable, n'ayant pas de comptes à rendre.
- Ignorer la douleur, le mal, la dépression, la tristesse, pour ne pas les montrer.
- Chantage, intrigues, ragots.
- Hypocrisie, sentiments factices, faux, irréels, apitoiement sur soi.
- Difficulté à laisser sortir les choses, dans l'esprit, les selles, la vessie.

5 Expression de Normalisation

Contact

Une conséquence de la perte du moi intérieur est qu'ils ne savent pas comment entrer en contact. Ils ne reconnaissent plus ce qui est bon ou mauvais, sain ou malade. Et ils craignent d'être critiqués lorsqu'ils disent quelque chose d'étrange, d'incorrect ou de bizarre. Cela les rend souvent maladroits et gauches dans leurs contacts avec les autres.

Comme ils ne comprennent pas leurs propres émotions, ils ne comprennent pas celles des autres. Cela se traduit par des traits de caractère autistiques. Ils préfèrent donc le contact avec des personnes proches, comme leurs parents et leurs amis, plutôt qu'avec des inconnus. Dans les cas extrêmes, les enfants ne parlent plus du tout, parfois même lorsqu'ils comprennent ce que disent leurs parents.

Le mariage peut être difficile, car ils ne savent pas comment établir le contact. Le mariage arrangé est alors une option. Le mariage avec une personne simple est donc la meilleure solution.

- Ils se retirent dans leur propre espace.
- Absence de parole, de réaction, de contact visuel.
- Absence de contact et de jeu avec les autres, les autres enfants.
- Aversion ou désir de câlins, d'étreintes, de baisers.
- Manque d'empathie, de sympathie envers les autres et soi-même.

Strict et rigide

Il y a plusieurs façons de gérer le déni de soi. L'une d'entre elles consiste à adopter pleinement les règles. Les normes et les règlements sont considérés comme définitifs et absolus, ordonnés par le roi, sanctionnés par le pape ou donnés par Dieu. On devient alors très strict et rigide, ce qui est idéal pour transmettre le modèle d'abnégation à la génération suivante. Les autres doivent également suivre les normes, les formes, les codes, les règles, les routines, les devoirs, les obligations et les ordres. On n'est plus libre d'agir différemment. On doit obéir.

Cela ressort clairement des deux significations du mot « ordre »: l'une est que les choses sont ordonnées, l'autre qu'elles sont commandées. Lorsque les règles et les normes deviennent trop strictes, les écarts par rapport à la règle sont de moins en moins acceptables. Même les discussions sur les règles ne sont plus autorisées, il suffit d'écouter.

Les normes sont des idées, des stratégies, des gestes, des façons de faire, des schémas qui se sont figés, qui sont devenus des règles. Elles peuvent être bonnes, mais aussi rigides, trop strictes. C'est une bonne chose dans les situations formelles, comme avec les machines. Il y a toujours une voix qui met en doute les normalisations. Mais ce doute doit être contrôlé, ce qui est fait en dépassant le doute. On devient alors très sûr de soi. L'ordre peut être très efficace, car il n'est pas nécessaire de penser à toutes sortes de détails. C'est réfléchi à l'avance: où est-ce que je mets mes clés, pour les retrouver facilement plus tard. Mais dans les relations, les normes sont le plus souvent préjudiciables, car elles bloquent le flux des émotions.

- Idées et opinions: fixes, rigides, dogmatiques, orthodoxes, traditionalistes, démodées, limitées à leur propre famille.
- Sentiments: honneur, en obéissant aux ordres, en étant loyal.
- Colère, quand les choses ne se passent pas comme ils l'entendent.
- Colère, lorsqu'ils n'obtiennent pas ce qu'ils veulent ou que c'est interdit.
- Colère lorsqu'un rituel ou un ordre est modifié, enfreint.
- Crime d'honneur, crime d'honneur.

Contrôle

Une autre conséquence peut être de devenir très contrôlant. Le contrôle est nécessaire pour suivre les règles. Les choses tournent mal lorsqu'il y a un déséquilibre entre la rigueur des règles et la capacité à contrôler les choses. On ne peut plus faire confiance à ses sentiments intérieurs, à son intuition naturelle. On est coupé de son noyau intérieur. On a donc besoin de contrôler de plus en plus, car on ne peut pas faire confiance à la vie, à l'univers ou à Dieu. On devient très ordonné.

Les enfants peuvent devenir ritualistes, tout doit se dérouler selon un plan et des ac-

cords. Ils peuvent développer le besoin de placer leurs jouets toujours dans le même ordre.

À l'âge adulte, ils peuvent développer des traits rigides et compulsifs. Une forme extrême est le trouble obsessionnel compulsif (TOC). Ils ont besoin d'un contrôle rigoureux pour avoir l'impression de se maîtriser. Ou au contraire, qu'ils ne peuvent pas se contrôler, comme dans l'anorexie ou la boulimie.

La monomanie est une autre forme de contrôle. En se limitant à une seule chose, on peut devenir bon dans cette activité, par exemple dans les jeux informatiques ou le gri-bouillage.

Pour surmonter le chaos qui règne dans leur esprit, ils peuvent également devenir très rigides et développer des idées fixes. Dans les formes extrêmes, cela peut conduire au fanatisme politique, comme le fascisme, le nazisme et le communisme.

Distraction, dépendance

Une autre façon de gérer le déni de soi est d'aller à l'extrême pour se sentir à nouveau en vie. Cela peut conduire à toutes sortes de dépendances, à des drogues comme l'alcool, le tabac, la cocaïne, l'héroïne, etc. Ces drogues sont des analgésiques émotionnels qui donnent le sentiment d'être vivant et heureux. Mais cela ne dure pas, et l'on en a besoin encore et encore, de plus en plus.

- Hyperactivité, constamment en mouvement, agité.
- Dépendance à l'ordinateur, à l'internet, aux jeux.
- Dépendance à la télévision, à YouTube, aux médias sociaux, aux dessins animés, aux films.
- Les enfants autistes et retardés aiment regarder les dessins animés avec leurs émotions exagérées, car ils ne peuvent pas gérer les émotions normales.
- Dépendance: jeux d'argent.
- Dépendance: sexe, perversion, pédophilie.
- Dépendances: drogues, alcool, tabac, cocaïne, héroïne.
- Violence: irritabilité, colère, rage, bagatelle, malveillance, destruction, meurtre.

Autisme

Une autre réaction est d'entrer en résistance. On peut échapper aux règles en s'éloignant du contact: l'autisme. On se retire dans son propre monde, sans montrer ce qui se passe vraiment à l'intérieur. On se retire dans son propre cocon, sa propre base de sécurité, où l'on ne peut pas être attaqué, où l'on enferme tout le monde. Dans les cas extrêmes, on ne parle même plus, comme chez les enfants autistes retardés. Même le contact visuel est souvent évité. Le partage des émotions et des idées devient difficile, voire impossible. Comme ils ne comprennent pas leurs propres émotions, ils ne comprennent pas celles des autres. Ils manquent d'empathie et de sympathie et n'ont qu'un contact opérationnel. Ils préfèrent le contact avec les proches comme les parents et les amis plutôt qu'avec les étrangers.

- Suppression du moi réel, de l'authenticité, de l'autonomie.
- Retard: de langage, de mouvements, d'acquisition de la propreté, de compréhension, physique, de la croissance, sexuel.
- Manque de contact avec les parents, les autres enfants, les conversations, les jeux.
- Colère, désordre, promesses non tenues, interdictions.

Chaos et frénésie

Le déni de soi peut également engendrer un chaos mental, contraire à l'ordre. Ils manquent de profondeur intérieure, car ils sont refoulés. Les émotions et les impulsions vont et viennent soudainement. Ils se sentent hors de contrôle. Cela peut également se manifester par des mouvements agités, souvent apparemment sans but. Ils

courent en rond, en sautant et en se balançant. Leur concentration est difficile. Ils peuvent être diagnostiqués comme TDA, trouble du déficit de l'attention ou TDAH, lorsqu'ils sont également hyperactifs.

Faible. Immature

Le déni de soi peut aussi conduire à un sentiment d'immaturité, timidité et indécision. Ils manquent de contrôle sur leurs émotions et leurs impulsions et ont du mal à les exprimer. Ils sont très sensibles à la critique, ce qui les fait se replier sur eux-mêmes. Cela peut également provoquer des accès de colère soudains.

Les cultures et les dirigeants peuvent avoir tendance à dénigrer et à rabaisser les gens.

L'Eglise catholique a fait des gens des pécheurs, nés avec un péché héréditaire. La science dépeint les gens comme moins qu'un grain de sable dans l'univers.

Ils se sentent simples et préfèrent donc un environnement simple. Ils ont une aversion pour les choses et les situations nouvelles et compliquées. Ils veulent rester petits et ne souhaitent pas grandir et devenir adultes avec toutes leurs responsabilités. Cette immaturité peut également se manifester par un retard physique, un retard de croissance ou une immaturité sexuelle.

En situation de handicap, ils se sentent mieux dans des institutions où tout est structuré et discipliné.

Ils peuvent ressembler à des esclaves, des coolies, des serfs, des domestiques, des intouchables, des ouvriers, des machines, des robots, des zombies, qui fonctionnent simplement sans réfléchir. Ils sont contraints d'effectuer des tâches simples, répétitives et monotones. C'est comme le tambour dans la musique, donnant le rythme, mais sans mélodie.

- Immaturité, arriération mentale, autisme, syndrome d'Asperger
- Sentiment de faiblesse, de petitesse, d'infériorité, d'erreur, de mal, de culpabilité, péché originel.
- Sentiment d'inutilité, de ne pas être à la hauteur, d'être un raté à l'école.
- Être visiblement discret, comme un grain de sable dans l'univers.
- Faiblesse du moi, être coupé du monde intérieur.
- Immature, petit, discret, enfantin, naïf.
- Timide, réservé, en retrait ; incertain, insécurité.
- Désir: être normal, banal, invisible, sans importance.
- Retard de la parole, du développement émotionnel et mental, de la sexualité.

Impulsif, naïf, sans réflexion

Le déni de soi peut engendrer une attitude impulsive. Ils agissent sans réfléchir. C'est une forme de naïveté, comme s'ils étaient enfants ou adolescents. On dirait qu'il n'y a pas de passé, seulement un avenir. Ils ne réfléchissent généralement pas aux problèmes, acceptant simplement les choses telles qu'elles sont. On dirait que leur capacité de réflexion est sous-développée.

- c'est comme s'il n'y avait pas de passé, seulement un avenir.
- Manque de vision, manque de réflexion.
- Pas de planification pour l'avenir, pas d'économies.

Village Communauté

Cette personnalité se sent petite et incapable dans un monde moderne et technique. Elle préfère le village à la ville, la maison à l'école. Elle préfère le travail manuel au travail intellectuel. Elle se sent plus à sa place dans un village à l'ancienne, où tout le monde se connaît. Elle préfère se retirer dans des régions reculées où tout est comme avant. Elle espère que les choses resteront ainsi. Elle se sent rejetée du paradis, où tout était facile et heureux.

Les règles et la communauté entretiennent une relation forte. Lorsque les gens commencent à vivre ensemble en groupes plus importants, comme des tribus et des villages, des règles sont nécessaires pour maintenir l'ordre au sein de la communauté. Comme on n'a pas de contact permanent avec tous les membres de la communauté, des accords, des règlements régissant les choses sont nécessaires. La répartition des tâches nécessite des règles. La forme de ces règles facilite la coopération, la raréfiant. D'un autre côté, toutes sortes d'alliances et de liens existent. Et il y a des querelles, la plupart nées de choses anodines, comme le vol d'un mètre de terrain ou de la vache du voisin. Ou encore de jalousie. Il est typique que ces querelles durent des années, voire des vies entières, car comme on ne parle pas de tout, rien ne peut se résoudre. Les normes, les règles et les traditions doivent être respectées à la lettre, même lorsqu'elles sont inutiles.

Ils s'épanouissent dans un environnement familial, avec leur famille et leurs voisins. Ils aiment faire partie de clubs sportifs et du carnaval où ils peuvent aider en faisant des travaux manuels.

- Désir: personnes qu'ils connaissent, famille, proches, amis, voisins, villageois.

- Aversion: étrangers ; nouveautés.

5 Tableau de remèdes

Mental

Autisme ; syndrome d'Asperger.

Malaises liés au fait de ne pas pouvoir être soi-même, d'avoir ses propres idées, pensées, émotions, volonté.

Malaises liés à une enfance traumatisante, des parents violents, un traumatisme de guerre, des vaccinations, des empreintes transgénérationnelles, des empreintes culturelles.

Sentiment d'insécurité, d'inutilité, d'échec, de ne pas être à la hauteur, à l'école, au travail.

Sentiment d'être petit, insignifiant, invisible.

Hyperactivité, constamment en mouvement, sauter, courir, tourner en rond, se cogner la tête.

Manque de contact avec ses propres sentiments, ceux des autres ; manque d'empathie.

Être coupé de son esprit, de son humanité, de ses émotions, de son empathie.

Uniformes, manque d'identité, d'authenticité.

Rétention, refoulement, dépression légère.

Manque d'expression personnelle.

Colère, colère impuissante, mais difficulté à se défendre avec des mots.

Idées et opinions fixes, rigides, orthodoxes, traditionnalistes, vieux-jeu, limitées à sa propre famille.

Désir: être normal, simple, comme tout le monde, naturel, banal, invisible, sans importance.

Désir: appartenir à la communauté, au collectif, à la tribu, aux ancêtres.

Désir: contrôle, ordre ; jeux vidéo, être au moins bon dans un domaine.

Désir: routine ; prévisibilité ; vie simple, à la maison, en famille, dans son village ; s'adapter aux normes.

Désir: musique simple, musique folklorique, musique sentimentale, chanter en chœur, polonaise.

Aversion: être spécial, original, anormal, se démarquer, la diversité ; être adulte, avoir des responsabilités ; être blâmé, critiqué ; les étrangers ; les changements ; l'imprévu ; la culture, les grandes villes ; apprendre ; faire des efforts ; le changement.

Se soumettre au pouvoir, à l'organisation.

Agents vicariants, êtres humains sans véritable identité, sans autonomie.
Homme, se sent supérieur ; fierté, se croit très bon, indispensable.
Expressions: tout le monde fait ça, tout le monde sait ça ; juste, évident, naturel, normal.
Réaction active: accès de violence, arrogance ou orgueil ; accès, dans mental, urine, selles, glandes.
Réaction passive: conformisme, refoulement, silence, timidité, froideur, retenue, dépression.
Peur: alcoolisme ; parents qui se disputent, qui divorcent ; faire des erreurs, être blâmé, critiqué, embarrassé, gêné.
Ralentissement de la pensée, difficulté à réfléchir.
Problèmes de concentration ; perte de mémoire ; désorientation.
Distrait, confus, embrumé, comme un zombie.

Général

Sensation: brûlure, vive ; engorgement ; immobilité ; blocage.
Météo: envie d'ombre, d'humidité, de conditions humides ; aversion pour soleil, chaleur, sécheresse.
Aversion: nourriture, anorexie.
Alimentation: < alcool.

Corps

Général: ! béribéri, carence en thiamine ; perte de poids ; ! retard de croissance ; faible énergie, fatigue, épuisement.
Action: vermifuge, purgatif, antibactérien, antimicrobien, antiviral ; diurétique ; anti-inflammatoire ; analgésique ; antioxydant ; anticancéreux ; antidiabétique.
Nerveux: encéphalopathie, Wernicke ; ataxie ; Korsakoff ; démence, Alzheimer ; marche sur la pointe des pieds.
Tête: maux de tête.
Yeux: mydriase ; nystagmus ; hémianopsie ; amblyopie ; rétinopathie ; dégénérescence de la rétine et de la macula ; vision réduite, jaune, aveugle ; diplopie, < en regardant de côté.
Gorge: enrouement.
Poumons: toux ; asthme, bronchite ; pleurésie ; essoufflement.
Cœur: myocardite ; dilatation.
Estomac: nausées ; vomissements ; hoquet indolore ; infection ; maux d'estomac ; indigestion.
Abdomen: douleurs ; ballonnements ; coliques ; vers, ténia.
Rectum: incontinence ; constipation.
Urinaire: énurésie ; mictions abondantes, fréquentes, involontaires, < par le stress, la précipitation ; incontinence à l'effort ; rétention, douloureuse ; infection rénale.
Femme: dysménorrhée ; endométriose ; infertilité.
Dos: mal de dos ; problèmes de colonne vertébrale ; scoliose, cyphose.
Membres: fourmillements, engourdissements ; crampes, mollets, < la nuit ; goutte ; arthrite.
Peau: plaies, coupures, plaies, furoncles, brûlures, abcès, acné, eczéma, psoriasis, perte de cheveux, pellicules.