

# SCLÉROSE EN PLAQUES ET POLARITÉ

## Par Michelle Guay

Infirmière, psychothérapeute et sexologue.

Formatrice en Polarité depuis 1982.

Fondatrice et directrice du Centre Québécois de Formation en Santé Intégrale

Auteure de *L'Autopolarité* et de *L'Anatomie énergétique et la polarité*

---

La polarité est une approche énergétique qui utilise des contacts très doux sur le corps pour harmoniser l'énergie vitale. Ces contacts se font toujours selon les lois de la polarité et sont entre autres, en lien avec les concepts théoriques des éléments en ayurvédique.

## Des résultats

Pour les personnes atteintes de sclérose en plaques (SEP), nous avons observé auprès de 10 personnes<sup>1</sup> ayant reçu entre 12 à 18 polarités à raison de deux polarités par semaines au début du suivi, que la polarité procure à toutes les personnes une amélioration de leur qualité de vie à différents degrés. Concrètement, il y a une meilleure vitalité, une diminution des douleurs, un sommeil plus réparateur, une meilleure gestion des stress et des émotions. Cela a permis à quelques personnes de s'accepter même si leur condition physique est amoindrie. Détente et réconfort : pour plusieurs c'est le seul moment où ils sont complètement relaxés.

## Les polarités spécifiques

Nous savons que la sclérose en plaques est une affection du système nerveux central (SNC), et la thérapie de la polarité possède des protocoles spécifiques reliés aux différents systèmes nerveux. Au niveau de l'énergie, le système nerveux rejoint les trois éléments de la vie : l'air, le feu et l'eau. Dans les diverses techniques de polarité nous avons pu valider celles qui ont eu le plus d'impacts avec cette problématique. Toutes les polarités reliées au système nerveux autonome, sympathique (feu) et parasympathique (air) ainsi que la technique périnéale qui intègre les trois systèmes nerveux (air, feu et l'eau) ont donné d'excellents résultats. Viennent ensuite les polarités reliées à la vitalité comme la distribution générale du feu et le feu dans l'éther. La polarité du système respiratoire (air) et du système génito-urinaire (eau) a donné de bons résultats entre autres au niveau du contrôle des urines.

## L'autopolarité

Les exercices énergétiques, respiratoires et le système immunitaire ont été enseignés. Ils ont été pratiqués par la plupart des participants. Certains disaient que cela leur permettait de reprendre quelques bouffées d'énergie. L'enseignement des autopolarités<sup>2</sup> pour soulager les douleurs, comme par exemple, les antérieurs postérieurs et les

---

<sup>1</sup> Sylvie Grondin 1988, Françoise Marchand 1989, Élisabeth Bongard 2007.

<sup>2</sup> Guay, Michelle, *L'autopolarité, la thérapie de la polarité*, Éditions De Mortagne, 1990.

correspondances, ont été d'une grande utilité à la suite des séances de polarité et favorisait la prise en charge.