

L'auteure Sylvie Bédard fait le lancement de son premier livre

Emilie Deschênes

Les Nouvelles

L'auteure Sylvie Bédard a fait le lancement de son premier livre intitulé « Les secrets du langage corporel au profit de notre santé ». C'est avec un immense plaisir que Mme Bédard a accueilli chaleureusement parents, amis et membres de la communauté à l'hôtel Days Inn le 1er avril dernier. En plus de dévoiler le précieux contenu de son récit autobiographique, cette dernière a offert une séance de dédicace.

Dans son livre, l'auteure se sert de ses « mots » pour aider les gens à résoudre leurs « maux ». En puisant son inspiration de sa propre expérience personnelle et de celle de son entourage, cette infirmière et massothérapeute de formation a pour but d'aider les gens à prendre conscience de leur potentiel de guérison en franchissant les barrières et en dépassant les pronostics

préétablis tout en demeurant à l'écoute du langage corporel.

Mme Bédard a oeuvré à titre d'infirmière à Kuujuarapik, un village près de la Baie d'Hudson. Elle était passionnée par son travail, cependant l'intensité de ses responsabilités a entraîné des maux. « La lourdeur des responsabilités me pesaient sur le dos sans que je m'en rende compte », a-t-elle affirmé. « J'ai développé de sérieux problèmes de dos que je n'arrivais plus à cacher et à ignorer. » C'est ainsi que Mme Bédard a été dans l'obligation de se priver de son emploi dans le Nord.

« En janvier 1991, le rhumatologue me fait part de son diagnostic... *Lombalgie chronique causée par une scoliose, une hyperlordose et de l'arthrose*, me dit-il... », a-elle indiqué en citant un passage de son livre. « Mais, une petite voix intérieure me disait de ne pas désespérer. »

En déployant beaucoup d'efforts et en

misant beaucoup d'énergie sur l'apprentissage de techniques de guérison utilisées en médecine parallèle, cette dernière a réussi à stimuler sa capacité de se guérir d'une maladie considérée incurable. Par l'entremise de son ouvrage, l'auteure transmet aux lecteurs les connaissances qu'elle a acquises au fil des ans.

« Ma méthode s'adresse à tout le monde. Dans des termes simples et illustrés, j'explique la signification du malaise et l'origine des difficultés quotidiennes à travers mon histoire et à travers des personnes qui ont bien voulu me prêter leurs histoires... Je crois que la lecture de ce livre nous permet d'enregistrer consciemment dans notre mémoire les étapes de la guérison et celles de la résolution des conflits intérieurs », a indiqué Mme Bédard. « Je veux souligner que ma méthode repose sur le choix de chacun à vouloir connaître comment il ou elle peut se libérer de ses résistances qui bloquent le secret de son propre lan-

gage corporel. »

Le livre « Les secrets du langage corporel au profit de notre santé » est maintenant disponible à La Galeruche du Centre culturel La Ronde, l'épicerie Foodland, Le Petit Spa et Healing Journey.



Sylvie Bédard