

AVANT-PROPOS

Mon premier ouvrage *Mon cœur guéri et mon âme retrouvée*, publié en 2009, se voulait être un livre-témoignage où je partageais avec le lecteur les approches et réflexions qui, selon moi, m'avaient permis de guérir de maladies cardiaques dites « incurables » par la médecine scientifique moderne. Bien que certaines notions de base en psychobiologie fussent expliquées brièvement, mon propos était plutôt centré sur mon projet de guérison.

Début 2013, j'ai entamé un processus visant à communiquer à toute personne intéressée les volets théoriques et pratiques du domaine de la psychobiologie et ce, de façon vulgarisée et conviviale. Par le biais de séminaires, ateliers, conférences et ouvrages, mon objectif premier est de démontrer l'apport bénéfique de cette approche psycho-biologique par les prises de conscience particulières des individus selon leurs histoires personnelles, familiales et ancestrales. En découvrant les pistes psychobiologiques personnelles pouvant être à la source de son mal-être ou de sa « mal-a-dit », chacun peut alors déterminer et appliquer

SA solution pratique dans son projet d'un retour au bien-être et à la santé.

Ce premier ouvrage d'une trilogie, tout comme les suivants, est entièrement consacré à la psychobiologie. Son but principal est d'expliquer les notions, hypothèses et concepts essentiels de cette discipline fabuleuse par un raisonnement logique, corroboré par des exemples et cas pratiques.

Ces ouvrages, ainsi que les séminaires, ateliers et conférences offerts, sont tous regroupés sous un thème principal soit :

OSER DEVENIR L'ARCHITECTE DE NOTRE RÉALITÉ

Jean-Jacques Fournel
Sainte-Julie (Québec) Canada
Octobre 2015



AVERTISSEMENT

Il est de la responsabilité de chacun de prendre les décisions nécessaires pour assurer sa santé et son bien-être.

Ce livre ne constitue en aucun cas une approche thérapeutique ou une démarche de traitement. Il contient des notions et énoncés hypothétiques ainsi que des pistes de réflexion.

L'application de toute notion expliquée dans cet ouvrage doit être complémentaire aux soins et traitements médicaux conventionnels proposés par les médecins et autres professionnels de la santé.

