

# Un praticien en pratique épigénétique s'installe sur la Presqu'île Guérandaise.



« L'ADN est le livre d'histoire de l'individu et l'Épigénétique à travers l'expression des gènes est la lecture de ce livre. Cette lecture, modifiable et transmissible de génération en génération, est connectée aux comportements de chacun.

En rapprochant la fonction naturelle du stress, une alerte d'inadaptation, aux comportements individuels, une nouvelle approche utilisant neurosciences et épigénétique est née. Elle permet aujourd'hui d'aborder les stress vécus en leur donnant un sens, plutôt que des raisons et des justifications.

Chacun peut ainsi s'adapter mieux et plus vite au monde impose aujourd'hui. »

15 dernières années. Freud n'avait ni scanner ni IRM et le séquençage du génome a moins de 20 ans.



**PRATIQUE EPIGENETIQUE**  
" Accélérateur d'évolution "

« Mon cerveau est mon second organe préféré » Woody Allen

**Q : une révolution ?**

Cr : une vraie rupture. Tout déséquilibre émotionnel (organisé par les neurotransmetteurs), ou physique relève d'une recherche d'un nouvel équilibre en lien avec l'adaptation de l'individu. C'est donc une « alerte » pour soi et son futur qui ne peut en aucun cas être reliée à l'Avenir et au Passé. Ce n'est pas logique. L'autre n'a pas la main sur les neurotransmetteurs de qui que ce soit.

Il faut bien alors que dans l'évolution de chaque espèce, chaque individu porte en lui de façon espérée les adaptations mais aussi les inadaptations apprises et transmises depuis l'aube des temps afin que l'espèce puisse se poursuivre au-delà de toute évolution dite « culturelle », quel que soit l'environnement. Ces stratégies individuelles doivent se transmettre ou s'arrêter à un moment donné afin que le mieux adapté perdure, car on sait aujourd'hui que ce n'est pas la raison du plus fort mais celle de la meilleure solution d'adaptation qui garantit la survie. Sinon les dinosaures gouverneraient encore le monde animal.

**Q : et l'épigénétique dans tout cela ?**

Cr : l'épigénétique est la passerelle entre l'inné et l'acquis. L'expression de nos 30 000 gènes nous code à 98%, plus que notre ADN. Nos comportements sont ainsi fonction de nos acquis implicites, en lien avec ce code. L'expression de ces gènes qui dépend de nos expériences, de nos rencontres, de notre environnement, a deux caractéristiques distinctes et complémentaires. La première est la transmission au moment de la conception (notre conditionnement), mais la seconde est surtout qu'elle est réversible (notre possibilité de nous déterminer) selon nos remises en question tout au long de notre vie. Or les acquis implicites sont inscrits et lus dans une partie de notre cerveau à laquelle nous n'avons pas un accès direct. Elle gère justement ce sur quoi nous n'avons pas la main par l'intermédiaire de notre raison. Il s'agit du cerveau limbique (émotionnel), siège de nos ressentis, perceptions, sensations, humeurs, angoisses, stress, émotions, sentiments, réflexes.

**Q : le cerveau émotionnel interviendrait comme une sorte de lanceur d'alerte ?**

Cr : exactement. Ce cerveau pilote notre survie 24h/24, il a dix coups d'avance, il est performant. Nous n'y avons pas un accès direct via notre néocortex. Le raison néocortex, notre cerveau de la raison dit « intelligent » est apparu bien plus tardivement dans le processus d'évolution des espèces, et il est logique que son « manque d'expérience » lui coupe l'accès à ce qui nous a conduit jusqu'ici... Il ne peut que le constater, l'analyser et tenter de donner des raisons et des justifications à tout, ce qui a le mérite de rassurer, mais qui ne donne pas de sens...

**Q : sur ce cerveau émotionnel nous en savons davantage aujourd'hui ?**

Cr : oui, ce cerveau limbique nous en connaissons bien mieux le fonctionnement précis depuis le début du 21ème siècle. Chacune de ses parties, amygdale, hippocampe, thalamus, hypothalamus, insula, substance noire, circuit de récompense (siège de nos plaisirs), etc... mais aussi nos usines à hormones (à neurotransmetteurs, et onnes présents dans notre ventre) sont connectés entre eux et nous organisent. La découverte de la plasticité cérébrale explique notre possibilité de réorganisation des réseaux neuronaux existants. Mais la découverte majeure est la

neurogenèse. C'est la possibilité permanente de créer de nouveaux réseaux de neurones selon nos nouvelles adaptations de vie. Nous en connaissons aussi désormais les conditions de son activation. Finalement les liens entre tous ces éléments et les retours cliniques permettent de traduire de façon extrêmement précise, en termes de sens, la demande d'adaptation individuelle.

**Q : quel est alors notre avantage ?**

Cr : chacun peut avoir désormais accès à sa stratégie unique et personnelle d'adaptation acquise et transmise.

**Q : c'est ce que vous permettez en consultation ?**

Cr : absolument. Dès lors les stress deviennent pour chacun un « outil » d'alerte et de prévision de ce qui se joue au-delà des contingences quotidiennes, afin de faciliter la remise en question. On peut alors apprendre ce qui ne l'a pas été et ainsi rester adapté à sa vie.

Cette logique, en lien avec la base de données clinique constitue le socle de l'exercice du métier de praticien en pratique épigénétique. Il va, sous un protocole parfaitement encadré sur le fond et la forme, donner un apprentissage sécurisé. La personne, pendant le mois qui suit, va activer sa neurogenèse, et accélérer le processus d'adaptation qui est demandé implicitement. Elle va devenir un acteur demandé et déterminé de sa vie, en sortant des conditionnements transmis qui ne lui donnent plus satisfaction. C'est une véritable rupture de méthode dans l'accompagnement où la vitesse est devenue la monnaie universelle.

C'est cette logique de la transmission des inadaptations héritées au fil des générations, inscrites dans l'expression de nos gènes, qu'il est proposé de dévoiler à la personne. Le praticien explique également les grands principes qui permettent de se déterminer en donnant du sens aux stress qu'ils soient d'ordre professionnels ou dans la sphère privée. Les consultations sont mensuelles car il faut le temps pour la neurogenèse de se mettre en place (21 jours selon les dernières études).

**Q : vous n'intervenez qu'auprès des particuliers ?**

Cr : non j'interviens aussi en entreprises et je leur donne des clés de gestion du stress comme autant d'indicateurs d'adaptations possibles. Et vous savez comment rester adapté pour le monde économique est un sujet particulièrement essentiel. Je suis également coach de dirigeant et de manager.

**Q : faites-vous des conférences ?**

Cr : oui, en fonction des demandes. Je me rends volontiers disponible pour parler de mon métier qui est aussi ma passion, et ainsi le faire connaître. Cette pratique reste aujourd'hui très innovante et très méconnue. J'en profite d'ailleurs pour informer que de nouvelles conférences publiques sont en cours de programmation. Celles et ceux qui sont intéressés peuvent me communiquer par mail ou sms leur désir d'y participer. Généralement elles se font en fin de journée sur un format d'une heure.

**Q : et en ce qui concerne les consultations privées, quels sont les sujets pour lesquels on vient vous voir ?**

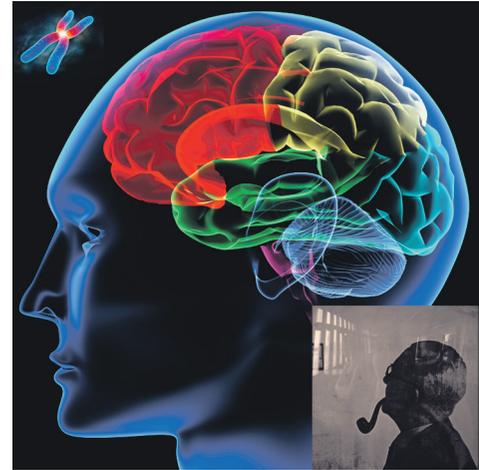
Cr : rien de nouveau en ce qui concerne les demandes ! problèmes de couples, blocages professionnels, peurs, angoisses, insomnies, troubles alimentaires, troubles sexuels, dépressions, burn-out, difficultés avec les enfants, etc... ce ne sont pas les sujets qui manquent... L'idée étant qu'on ne peut pas se sentir responsable de ce qu'on ne sait pas. Je n'ai pas appris le chinois, mais si je devais l'apprendre parce que j'en ai besoin, j'aurais le choix de le faire ou pas... En revanche je ne vois que des adultes, car en travaillant sur les apprentissages du cerveau, je ne peux pas travailler avec les enfants. Leur cerveau n'est par « fini ». Il est en construction permanente, sous

autorité des parents. Ainsi j'en profite pour dire que lorsqu'un enfant dysfonctionne, c'est généralement pour avertir que quelque chose doit être corrigé chez l'adulte. L'enfant est un message formidable des inadaptations acquises et transmises. C'est une inadaptation des consultations. Les personnes qui consultent sont surtout celles qui n'ont plus envie de savoir ou de comprendre pourquoi elles sont dans un trou. Elles sont prêtes à entendre comment sortir du trou. Comprendre pourquoi on est tombé dedans est finalement très accessoire car cela ne sert pas à grand-chose.

**Q : quel est le prix d'une consultation ?**

Cr : 65 euros pour une heure.

**Q : je vous remercie**



## Le Gène et la Boussole

*Espèce d'adaptés !*

Christophe Rivé



Disponible sur le site d'Amazon

Christophe Rivé, ENSIACET et EMLyon, intervenant réseau GERME, coach de dirigeants d'entreprises depuis 1998, ancien responsable du marketing du marché entrepreneurs d'Ernst & Young, associé et fondateur d'Afternet - fond d'investissement -, dirigeant et créateur de nombreuses PME, est thérapeute praticien en pratique épigénétique depuis 2013.

Les consultations sont sur rendez-vous physique ou par Skype, tous les jours de 7h30 à 19h30 sauf le dimanche.

[www.pratiqueepigenetique.com](http://www.pratiqueepigenetique.com)

[Christophe-rive@pratiqueepigenetique.com](mailto:Christophe-rive@pratiqueepigenetique.com)

Si vous souhaitez assister aux prochaines conférences publiques (places limitées) n'hésitez pas à transmettre votre intérêt par un simple mail.

Tel : 0688910178

111 Kermouraud – 44410 Saint Lyphard

Les consultations ne doivent en aucun cas se substituer à un traitement médical ou paramédical quel qu'il soit. Elles constituent plutôt une approche éducative et d'apprentissage complémentaire, voire préventive.